



ISSN-0971-5711



2002

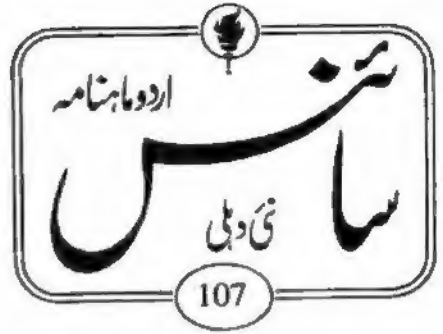
دسمبر

کھاتے پیتے لوگ



Rs.15

ہندوستان کا پہلا سائنسی اور معلوماتی ماہنامہ
اسلامی فاؤنڈیشن برائے سائنس و ماحولیات نیز
انجمن فروغ سائنس کے نظریات کا ترجمان



ترقیب

- 2..... پیغام
5..... ذائقہ جست
5..... موٹاپا..... زبیر وحید
ایس کے تدارک میں مذہبی
10..... رہنماؤں کا تعاون..... ڈاکٹر محمد شمعون
13..... ماں کا دودھ قدرت کا عظیم نعمت..... محمد رضی الدین معظم
16..... قرآنی آیتیں... (وضاحت)..... عبدالغنی شیخ
21..... آنکھوں میں پیو نگہ کاری..... ڈاکٹر عبدالعزیز شمس
28..... آن لائن لیسرے... انجینئر انجم اقبال
32..... ماحول اور ہماری ذمہ داری..... جمال نصرت
35..... فائدہ جسمانی نظام کی اصلاح... ڈاکٹر رضا بلگرامی
36..... ماحول و آواز..... ادارہ
40..... پیش و رفت..... نمینہ
42..... لاشٹ مٹاؤ..... اعانت قاسم
42..... کن مجاہد..... ڈاکٹر شمس الاسلام فاروقی
44..... بلی کا پٹر..... شاہین پرویز
45..... سائنس کلب..... ادارہ
46..... سوال جواب..... ادارہ
49..... رد عمل..... قارئین
51..... انڈیکس 2002..... رفیع احمد

جلد نمبر (9) دسمبر 2002 شمارہ نمبر (12)

ایڈیٹر: ڈاکٹر محمد اسلم پرویز

مجلس ادارت:	مجلس مشاورت:
ڈاکٹر شمس الاسلام فاروقی	ڈاکٹر عبدالعزیز شمس (دکن)
عبداللہ ولی بخش قادری	ڈاکٹر عابد مسر (ریاض)
ڈاکٹر شعیب عبداللہ	سید شاہد علی (نہد)
مہارک کا پڑی (مہارشر)	ڈاکٹر فقیح محمد خاں (مریکہ)
عبدالودود انصاری (مطری نکال)	ڈاکٹر مسعود اختر (مریکہ)
آلپ احمد	جناب امتیاز صدیقی (ہمد)

سرورق: ہادیہ اشرف کیپوزٹک: لہائی کیپوزٹک: فون: 6986948

قیمت فی شمارہ 15 روپے	برائے غیر معاشک (ہوائی ڈاک سے)
5 روپے (سودی)	60 روپے (دوریم)
5 دریم (پ۔ا۔ا)	24 ڈالر (مریکی)
2 ڈالر (مریکی)	12 پاؤنڈ
1 پاؤنڈ	
زیر سالانہ:	اعانت قاسم
180 روپے (مادہ ڈاک سے)	3000 روپے
360 روپے (پڑیہ رجسٹری)	350 ڈالر (مریکی)
	200 پاؤنڈ

فون ریکس : 2698 4366 (رات 8:10 بجے صرف)
ای میل پتہ : parvaiz@ndf.vsnl.net.in
خط و کتابت : 665/12 ڈاک نمبر، نئی دہلی-110025

○ اہل خانہ میں سرغرضانہ کا مطلب ہے کہ آپ کاروبار نہ ختم ہو گیا ہے

ساج ایک زبردست تبدیلی سے گزر رہا ہے۔ ایک نئی قوم ابھرنے کے لیے کوشش ہے تاہم اس شجر ناتواں کو اپنی جڑوں کی تلاش ہے۔ ایک تاریخی حادثے نے اس کی جڑوں کو اس سے جدا کر دیا تھا۔ مصطفیٰ کمال پاشا نے جس وقت ترکی زبان کا رسم الخط تبدیل کر کے لاطینی شکل دی تھی، اسی وقت سے اس قوم کا ماضی سے رشتہ منقطع ہو گیا تھا۔ جدید ترک قوم لاطینی رسم الخط میں لکھی ترکی زبان جانتی ہے لیکن دور عثمانیہ کی ترکی (Ottoman Turkish) سے عداوت ہے۔ لہذا اپنے ماضی کے تمام علمی سرمائے سے محروم ہو گئی ہے۔ اس حادثے کے اثرات کو اپنی آنکھوں سے دیکھنے پر مجھے احساس ہوا کہ کاش جو لوگ اردو کا رسم الخط بدلنے کی بات کو نہایت سادگی سے ہمارے سامنے پیش کرتے ہیں وہ اگر دیکھیں کہ یہ بہ ظاہر ہے ضرور کوشش کسی قوم کے لیے کتنی قاتل ثابت ہو سکتی ہے۔

تاہم خوشی کی بات یہ ہے کہ ترک قوم میں یہ احساس بڑھتا جا رہا ہے۔ وہ ماضی سے سبق بھی لے رہے ہیں اور مستقبل کو سنوارنے کی جگہ وہ بھی کر رہے ہیں۔ نوجوان نسل میں اسلام کی مقبولیت بڑھتی جا رہی ہے۔ سعید نوری، جن کو بدیع الزماں کہا جاتا ہے 1877ء میں مشرقی ترکی میں پیدا ہوئے تھے۔ وہ اپنے دور کے ایک مصلح اور عقیم مفکر تھے۔ انھوں نے ”رسالہ نور“ کے ذریعے قرآنی پیغام فکر کو علمی انداز میں ترک عوام تک پہنچایا۔ وہ محض ایک روایتی عالم نہ تھے۔ ”علم دین“ کے علاوہ سائنسی علوم اور فلسفے کے بھی ماہر تھے۔ ان کا خیال تھا کہ تمام علوم کو یکجا کر کے، مکمل جامعیت کے ساتھ ہی قرآن کو سمجھا جاسکتا ہے اور اس پر اٹھائے گئے اعتراضات کا علمی انداز میں جواب دیا جاسکتا ہے۔ ان کی اس ”علم دوستی“ اور قرآن مجید کو جدید علوم کی مدد سے سمجھنے کی روش نے ہی مجھ میں یہ خواہش بیدار کی کہ میں ان کے بارے میں مزید واقفیت حاصل کروں اور اسی غرض سے میرا یہ سفر ہول سعید نوری کے متقدّمین، جن کو ”جماعت نور“ کہا جاتا ہے، بڑی تعداد میں تمام ترکی میں بکھرے ہوئے ہیں ان میں اکثریت نوجوانوں کی ہے۔ سعید نوری کے تئیں ان کی الہانہ عقیدت اور اسلام دوستی کا نمونہ مجھے کانفرنس کے دوران دیکھنے کو ملا۔ جس انداز کی نوجوانوں کی انڈی بیجڑ میں سے اس کانفرنس میں شرکت کے لیے جناب دیکھی، وہ میرا ایک منفرد تجربہ تھا۔ آج تک کسی دینی رطلی کانفرنس میں ایسا جوش دیکھنے کو نہیں ملا جو وہاں نظر آیا۔ اہم بات یہ کہ اس جوش و جذبے کے باوجود بے حد نظم و ضبط لڈی سپلن۔ بہترین مہمان نوازی، اسلامی اخوت اور باہمی الفت کا مظاہرہ بلاشبہ یہ کہا جاسکتا ہے کہ ایک نئی ترک قوم ابھرنے کو ہے۔

شاید کسی نے سچ کہا ہے کہ انسان کبھی بھی اپنے حال میں مطمئن نہیں رہتا۔ ہر دور، ہر زمانہ اللہ کا بنایا ہوا ہے۔ اس دور کے حالات اس کی مشیت اور ان قوانین کا مظہر ہیں جن کے تحت اس تمام کائنات کا نظام چل رہا ہے اور جن کے لیے اس نے کہا ہے کہ اللہ کی باتیں، قوانین، احکامات کبھی تبدیل نہیں ہوتے۔ تاہم کوئی بھلا اس دل کا کیا کرے کہ اکثر پرواز کر کے کبھی مستقبل کے اندھیروں میں بھٹکا ہے تو کبھی ماضی کی بھول بھلیوں میں گم ہو جاتا ہے۔ میرے ساتھ بھی اکثر ایسا ہوتا ہے۔ نہ جانے کیوں میں جب بھی آئینہ دیکھتا ہوں تو مجھے لگتا ہے کہ میری پیشانی پر لکھا ہے ”یہ اس قوم کا فرد ہے جو نقلی طور پر سب سے بچھڑی ہوئی ہے۔“ میں بار بار منہ دھو تا ہوں لیکن یہ کالک میرا چچا نہیں چھوڑتی۔ جب کبھی پیشانی کی یہ سیاہی مجھے بہت ستاتی ہے تو میں اپنے کمرے میں آنکھیں بند کر کے کبھی قرطبہ کے ان اداروں میں چلا جاتا ہوں جہاں میرے آباء و اجداد نے جدید سائنس کی بنیادیں سنواری تھیں۔ کبھی لمبکٹو کی اس قدیم یونیورسٹی کے احاطے میں جا بیٹھتا ہوں جس نے سیاہ افریقہ میں علم کا نور بکھیرا تھا۔ کبھی بغداد کی ان شاہراہوں پر ٹھہرتا ہوں جہاں کتابوں کی دکانوں پر علماء کی بھیڑ نظر آتی تھی۔ یہ وہ علماء تھے جو لغوی اعتبار سے بھی عالم تھے اور عملی اعتبار سے بھی۔ انھوں نے علم کی تقسیم نہیں کر رکھی تھی۔ کبھی استنبول کے مدرسہ سلیمانہ کی اس تجربہ گاہ میں جا بیٹھتا ہوں جہاں کسی شب چراغ گل نہ ہوتے تھے۔ علماء کی یہ صحبت، علم کا یہ نور جب میری روح کو سرشار کر دیتا ہے تو پیشانی کی کالک کی جھین کچھ کم ہو جاتی ہے اور میں از سر نو تازہ دم ہو کر نقار خانے میں طوطی کا کام انجام دینے لگتا ہوں۔ اللہ رب العزت کا نہایت شکر ادا کرتے ہوئے کہ اس نے اس کم حیثیت کو کچھ کرنے کا سلیقہ اور حوصلہ دیا۔ ستمبر میں اللہ تعالیٰ نے مجھے استنبول جانے کا موقع عطا کیا اور اس طرح میں حقیقتاً اندلس اور قرطبہ کی گلیوں میں ان ہواؤں میں سانس لے سکا جہاں ایک زمانے میں ہر سوسو علم کی خوشبو بھتی تھی۔

22 سے 24 ستمبر کے درمیان ”استنبول فاؤنڈیشن فار سائنس اینڈ کلچر“ نے بدیع الزماں سعید نوری کے موضوع پر ایک بین الاقوامی سمینار کا انعقاد کیا تھا جس میں راقم کو بھی مدعو کیا گیا تھا۔ اس سمینار میں شرکت سے مجھے جدید ترکی وہاں کے کلچر اور عوام کو سمجھنے کا ایک بھر موقع میسر آیا۔ ترکی کے موجودہ حالات پر بہت کچھ لکھا چکا ہے میں صرف اتنا کہوں گا کہ ترکی کا



ڈاکٹر محمد اسلم پرویز، مدیر اعزازی ماہنامہ سائنس، کانفرنس سے خطاب کرتے ہوئے۔

کانفرنس ہال۔
کچھ کچھ بھرا ہوا





کانفرنس کی شروعات سے قبل
ہال سے باہر شائقین کا مجمع

جو لوگ ہال میں جگہ نہ پاسکے
ان کے لیے باہر بی بی مائیکرو
پر وگرام دکھایا جا رہا تھا۔

موٹاپا

دس پاؤنڈ فالتو چربی کا شکار ہے، اس کے زندہ رہنے کی امید اس صحت مند شخص سے بھی کم ہوتی ہے، جو دن میں پچیس سگریٹ پیتا ہے۔

موٹاپے کے مسائل اس لیے بھی بڑھ رہے ہیں کہ ہم اکثر اپنی ضرورت سے زیادہ کھاتے ہیں۔ روز افزوں ترقی کے باعث محنت مشقت کو کم کرنے والی مشینیں اس قدر عام ہیں کہ ہمیں اپنے عظیم آباؤ اجداد کے مقابلے میں بہت کم حراروں کی ضرورت

ہوتی ہے۔ جب سے عورتوں نے ہاتھوں کے بجائے واشنگ مشین سے کپڑے دھونے شروع کیے ہیں۔ انھیں کم حرارے درکار ہوتے ہیں۔ ہاتھوں سے کپڑے دھونے کے لیے 250 حرارے فی گھنٹہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ بالکل ایسے ہی بہت سے کسان اپنی غذائی عادات کو ماضی کے مقابلے میں کم کر چکے ہیں۔ جب

سے کسانوں نے گھوڑوں اور بیلوں کے مقابلے میں ٹریکٹروں اور تھریشروں اور کھاد ڈالنے والی سپرے مشینوں کا استعمال شروع کیا ہے انھیں بھی کم حراروں کی ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ پرانے زمانے میں کسانوں کو 400 حرارے فی گھنٹہ درکار ہوتے تھے جبکہ مشینوں کے استعمال کی وجہ سے اب انھیں 130 حرارے فی گھنٹہ درکار ہیں۔ ایک طرف کم ہوتی ہوئی کام کی استعداد ہے، دوسری طرف کولائی بوتلیں، چاکلیٹ، چٹنیاں، میٹھے کیک، اور ٹافیاں ہیں

دنیا کے زیادہ تر حصوں میں ناقص غذا انسان کے لیے بہت بڑا مسئلہ ہے اور پسماندہ ممالک میں یہ زیادہ گہیر ہے۔ لیکن اس کے ساتھ ہی ساتھ ترقی یافتہ ممالک میں بسیار خوری بھی ایک مسئلہ ہے۔ حد سے زیادہ کھانا اور موٹاپا مغرب کے اہم مسائل میں سے ایک ہے۔ ہندوستان میں ناقص غذائی نظام اور سڑکوں پر بکے والے چھپے کھانے نہ صرف صحت کے متافی ہوتے ہیں بلکہ ان کھانوں سے بلڈ گلیسرول میں بھی اضافہ ہوتا ہے، جو موٹاپے

اور بیماری کی وجہ ہے۔ دنیا کے ترقی یافتہ ترین ملک امریکہ میں 70 ملین امریکی موٹاپے کا شکار ہیں۔ ہر سال تقریباً 400 ملین امریکی ڈالر صرف موٹاپا کم یا ختم کرنے والی ادویات اور اس سے متعلق مختلف علاجوں کی نذر ہو جاتے ہیں۔ اکثر موٹے افراد موٹاپے کو اپنے ذوق جمال کی تسکین یعنی خوبصورت نظر آنے

”اگر آپ 10 فیصد موٹے ہیں تو آپ کو دو گنا مہلک بیماریاں لگ سکتی ہیں۔ آپ زیادہ تھکاوٹ اور سانس پھولنے کا شکار ہو سکتے ہیں۔ جوڑوں کے درد اور سوزش کی شکایت میں اضافہ ہو سکتا ہے اور غذا پورے طور پر ہضم نہ ہونے سے سردرد اور قبض کی تکلیف ہو سکتی ہے۔“

کے پیش نظر ختم کرنے کی خواہش کرتے ہیں، لیکن لندن کے ایک ماہر ڈاکٹر کے مطابق ”اگر آپ 10 فیصد موٹے ہیں تو آپ کو دو گنا مہلک بیماریاں لگ سکتی ہیں۔ آپ زیادہ تھکاوٹ اور سانس پھولنے کا شکار ہو سکتے ہیں۔ جوڑوں کے درد اور سوزش کی شکایت میں اضافہ ہو سکتا ہے اور غذا پورے طور پر ہضم نہ ہونے سے سردرد اور قبض کی تکلیف ہو سکتی ہے۔“ مذکورہ تکالیف زندگی میں کی کا باعث بنتی ہیں۔ لندن ہی کے ماہرین کا کہنا ہے کہ وہ شخص جو



ڈائجسٹ

19 سال کی عمر میں موٹاپے کی واحد وجہ ریٹی غدد (Salivary Glands) ہوتے ہیں۔ 80 فی صد کے قریب موٹاپے کا شکار نوجوان موٹے جوان افراد میں تبدیل ہوتے ہیں۔ اگر یہ افراد محنت کریں تو تھوڑی دیر کے لئے ان میں ذاتی جدوجہد کی بنا پر تبدیلی آسکتی ہے۔

زیادہ کھانے کی عادت عمر بھر ساتھ رہتی ہے اور اس عادت کو تبدیل کرنا کوئی آسان کام نہیں ہے۔ نئی نئی طرز کے دیسی، چینی اور مغربی کھانے اب عام دستیاب ہیں، جو بسیار خور کو ہر وقت چیلنج کئے ہوئے ہیں کہ وہ انہیں ضرور چکے۔ ہمارے عشائیوں میں پیش کی جانے والی میٹھی ڈشوں کو ٹھکانا بھی معیوب لگتا ہے کیونکہ میزبان کا دل رکھنے کے لئے تھوڑی بہت چیز کھانی پڑتی ہے۔ لیکن کھانا کھاتے وقت ہمیں دوسروں کی خوشی کا کم اور اپنی صحت کا زیادہ خیال رکھنا چاہئے اور صرف وہی غذائیں کھانی چاہئیں جو جسم کی ضرورت ہوں۔

ایک طرف کم ہوتی ہوئی کام کی استعداد ہے، دوسری طرف کولا کی بوتلیں، چاکلیٹ، چٹنیاں، میٹھے کیک، اور ٹافیاں ہیں جو حراروں سے بھرپور ہیں اور ان کا استعمال بھی عام ہے۔ انہی کی بدولت ہم موٹاپے کا شکار ہو رہے ہیں۔

جو حراروں سے بھرپور ہیں اور ان کا استعمال بھی عام ہے۔ انہی کی بدولت ہم موٹاپے کا شکار ہو رہے ہیں۔

زیادہ کھانے پینے کی عادتیں بچوں میں چھوٹی عمر سے شروع ہوتی ہیں جب مائیں بچوں کا دودھ بہت جلدی جلدی موٹا تازہ ہو جائے اور کی خواہش ہوتی ہے کہ ان کا بچہ جلدی جلدی موٹا تازہ ہو جائے اور مطلوبہ وزن حاصل کر لے۔ بچوں کی نگہداشت کی رہنمائیوں میں اکثر یہ نصیحت درج ہوتی ہے کہ ”بڑے بچے کو ضرورت سے زیادہ خوراک نہ دیں“۔ بچوں کی صحت کے مقابلوں میں وہی بچے انعام کے مستحق ٹھہرتے ہیں جن کی ہڈیاں اور جسم مضبوط ہوتے ہیں۔ سروسٹن چرچل اپنی یادداشت میں بتاتے ہیں جب وہ اپنے بیٹے رینڈل کو بسیار خوری کرتے دیکھتے تو انہیں بہت خوش ہوتی تھی۔ وہ کہتے ہیں ”اس عمر

میں لالچ سے کھانا اور بے دھڑک ہو کر کھانا اس عمر کی خویوں میں سے ہے۔“ ایسے ہی بچوں کو زیادہ کھانے کی عادت پڑتی ہے اور یہ عادت مستقل ہو جاتی ہے۔ اس بات کی بلوغت میں زیادہ حوصلہ افزائی ہوتی ہے جب بچے کو اچھے رویے کی بنا پر کوئی میٹھی چیز بطور انعام دی جاتی ہے اور موٹاپے کی کوئی بھی علامت جسے ”فرہمی“ کے طور پر نظر انداز کیا جاتا ہے بلوغت پر غددی عدم توازن کے ٹھیک ہوتے ہی غائب ہو جاتی ہے۔ لیکن یہ بھی سچ ہے کہ چکنائی چکنائی ہوتی ہے، اس کے اثرات نوجوانوں میں پمپلی رانوں، بچوں میں پھولے ہوئے گالوں یا درمیانی عمر کے چالیس سالہ افراد کے موٹاپے کی صورت نمایاں ہوتے ہیں۔ بچے کے موٹا ہونے کا تصور ایک روایتی تصور ہے اور بالکل چھوٹی عمر میں بچے کے جسم میں چکنائی کا جمع ہونا ایک غیر طبعی عمل ہے۔ 13 سے

درمیانی عمر کے لوگوں کے لئے ڈائٹنگ انتہائی مشکل کام ہے اگرچہ جب ہم کم کام کرتے ہیں تو یقیناً ہمیں کم حراروں کی ضرورت ہوتی ہے۔ عمر میں اضافے کے ساتھ ساتھ ہماری چستی میں کمی آنے لگتی ہے اور ہمیں کم خوراک کی ضرورت ہوتی ہے۔ ایک 40 سالہ شخص کو ایک 18 سالہ نوجوان کے مقابلے میں 15 سے 20 فی صد کم حرارے درکار ہوتے ہیں۔ لیکن اگر پھر بھی وہ اتنا ہی کھاتا ہے جتنا کہ اپنی جوانی میں کھاتا تھا تو ظاہر ہے وہ موٹاپے کا شکار ہی ہوگا۔

وزن کو کنٹرول کرنا انتہائی آسان ہے۔ اگر ہم اپنی خرچ ہونے والی قوت کے مطابق حرارے (کیلوریز) استعمال کریں تو ہمارا وزن متوازن رہ سکتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر کم حرارے لئے جائیں تو وزن میں کمی ہوتی ہے اور اگر زیادہ حراروں



کریں۔ اس کے علاوہ روزانہ ہلکی پھلکی ورزش کو معمول بنائیں۔ ڈاکٹر جین میسر جو ماہر غذائیت ہیں، ان کا کہنا ہے کہ ”آج کل وزن زیادہ کھانے کی بنا پر کم اور ورزش کے فقدان کے باعث زیادہ بڑھتا ہے“ ڈاکٹر جین میسر نے اسکولوں کی موٹی لڑکیوں پر تحقیق کی تو انہیں پتہ چلا کہ وہ لڑکیاں عام لڑکیوں کے مقابلے میں کم کھاتی ہیں لیکن وہ اس لئے موٹی ہیں کہ ان کی سرگرمیاں بہت محدود ہیں یعنی وہ جسمانی مشقت بہت کم کرتی ہیں۔ مثال کے طور پر دن میں زیادہ وقت ٹیلی ویژن دیکھتے رہتے اور سارا دن بغیر کسی کام کے سستاتے رہنے سے موٹا پانی آئے گا۔ ڈاکٹر میسر نے دہلی عورتوں کے گروپ کا جائزہ لیا تو انہیں پتہ چلا کہ یہ عورتیں

روزانہ دو دو فٹ چہل قدمی کرتی تھیں۔

جسمانی خدوخال میں خوبصورتی پیدا کرنے کے لئے ورزش بہت ضروری ہے۔ اس لئے یہ بھی ضروری ہے کہ ہم اپنے روز کے معمولات میں ورزش، سائیکلنگ، پیڈل چلنے، اپنے کام خود کرنے اور بچوں کے ساتھ کھیل کود کو لازمی جزو بنائیں اور اپنے تمام مشاغل کو فعال بنائیں، تیز چلنا وزن کو کنٹرول رکھنے کے لئے بہترین ورزش ہے۔ اس طرح آپ ٹی وی دیکھنے کے مقابلے میں پیڈل چل کر 12 گنا زیادہ حرارے ضائع کر سکتے ہیں۔ سرد ممالک میں حراروں کو ضائع کرنے کا ایک طریقہ باریک کپڑے پہن کر سردی میں گھومنا ہے۔ اس طرح جسمانی حرارت کو برقرار رکھنے کے لئے عمل تحول (Metabolism) تیزی سے کام کرتا ہے جس کی بدولت فائو حرارے خرچ ہو جاتے ہیں۔ تجربات سے واضح ہو چکا ہے کہ جب جسم کا درجہ حرارت 4 درجے سنٹی گریڈ 39 درجے فارن ہائیٹ ہوتا ہے تو عمل تحول 35 فی صد تیز

والی اشیاء کھائی جائیں تو وزن زیادہ ہوتا ہے۔ حراروں کا نظام بالکل بنک بیلنس کی طرح ہے۔ اس میں حرارے ڈیپازٹ کی طرح جمع ہوتے ہیں، اور بوقت ضرورت بنک سے نکلوانے والی رقم کی طرح خرچ ہوتے ہیں۔ ہمارے وزن کا انحصار بنک بیلنس کی طرح جمع ہونے والی کل رواں توانائی اور اس کے خرچ کی بنیاد پر ہوتا ہے اور ہفتے دس دن بعد پتہ چل جاتا ہے کہ حراروں میں کتنا اضافہ ہوا ہے یا وہ کس قدر خرچ ہوئے ہیں۔ اگر جسم میں حراروں کی تعداد بڑھتی رہے تو بنک بیلنس میں اضافے کی طرح ہمارا وزن بھی بڑھتا رہتا ہے اور اگر اس میں کمی واقع ہو تو وزن میں کمی واقع ہوتی

ہے۔ یا پھر اگر ہم اپنے کام کا جادو محنت و مشقت کے مطابق غذا استعمال کریں تو وزن متوازن رہتا ہے۔ ہمارے جسمانی وزن کے بارے میں جو سب سے زیادہ ناقابل یقین بات ہے وہ یہ ہے کہ

اس میں مستقل رہنے کا رجحان ہوتا ہے، جتنا کہ یہ عام طور پر ہوتا ہے۔ ایک اوسط عورت 25 سے 65 سال کے عرصے میں 20 ٹن غذا کھاتی ہے اور اس کا وزن 24 پاؤنڈ کے قریب بڑھتا ہے۔ یہ اضافہ روزانہ دو دو گرام خوراک سے ایک اونس کے سویں حصے کے قریب زیادہ خوراک سے ہونے والے اضافے کے برابر ہوتا ہے۔ عورتیں اپنی میٹھی اشیاء (چاکلیٹ وغیرہ) کھانے کی عادت کو ترک کر کے یا اپنی روزانہ کی مصروفیات میں اضافہ کر کے اپنے وزن کو مناسب و متوازن رکھ سکتی ہیں۔

وزن کو کم کرنے کا سیدھا طریقہ یہ ہے کہ آپ غذا میں کمی، دہلا کرنے والی ادویات، عام ورزشوں اور تھر تھرہٹ والی مشینوں کو بھول جائیں کیونکہ ان طریقوں کا سہارا لینے سے صرف وقتی فائدہ ہوتا ہے۔ اگر آپ واقعی خود کو اسمارٹ بنانا چاہتے ہیں۔ تو اس کے لئے ضروری ہے کہ آپ اپنی روزانہ کی خوراک پر توجہ دیں۔ ضرورت سے زیادہ نہ کھائیں اور مرغی کھانوں سے گریز



اور عورتوں میں انگوٹھے جتنی موٹی ہو تو سمجھ لیں کہ جسم میں چربی کی مقدار بڑھ رہی ہے اور آپ موٹاپے کا شکار ہو چکے ہیں۔ اگر آپ وزن اور قد کا چارٹ دیکھیں تو آپ کو معلوم ہو گا کہ 25 سال کی عمر میں وزن کتنا ہونا چاہئے۔ بہتر تو یہ ہے کہ آپ کو معلوم ہو کہ آپ کا وزن 25 سال میں کتنا تھا اور اس عمر میں آپ کی صحت کا معیار کیا تھا۔ 25 سال کی عمر میں صحت مند شخص کا وزن یقیناً اس کا مناسب و متوازن وزن ہوتا ہے۔ اس وزن کو معلوم کر

کام کرتا ہے۔ سردیوں میں زیادہ بھوک لگنے کی وجہ بھی عمل تحول میں اضافہ ہوتا ہے۔ (موٹے لوگوں میں سردیوں میں عمل تحول کی رفتار میں اضافہ کم یعنی 4 فی صد سے 11 فی صد ہوتا ہے، اس کی وجہ یہ ہے کہ ان کے جسم پر چربی کی موٹی فالتو تہہ حرارت کو خارج ہونے سے روکتی ہے۔)

موٹاپا

ڈاکٹر نظام علی خاں لودھی

ذیل رہا نہ ڈول رہا
چربی کا ایک خول رہا
جب سے ہوئی چربی سے یاری
تجھے میں ملی ہر بیماری
بیروں میں درد ہے جوڑوں پہ درم
چلتے ہیں رک رک کر اور مدھم
تیزی یہ ہے دل کی رفتار
بے قابو ہے اپنی گرفتار
دم چڑھتا ہے سانس اکھڑی
سہی سہی سکڑی سکڑی
شکر آئی بی بی ہے آیا
ایک وزن بڑھا تو سب آیا
بچنا ہو اگر ان چیزوں سے
پرہیز کرو تم چکنے سے

اگر آپ زندگی کو فعال اور صحت مند بنانا چاہتے ہیں تو اپنے کھانے پینے اور اٹھنے بیٹھنے کی عادات کو بہتر بنائیں۔ یہ سب اسی وقت ممکن ہو گا جب آپ اپنے وقت کی صحیح تقسیم کریں۔ اپنے روزمرہ معمولات کا ایک ٹائم ٹیبل بنائیں۔ کھانا اس وقت کھائیں جب آپ بھوک محسوس کریں۔ آہستگی سے کھانا شروع کریں اور ہر نوالے کے بعد چمچ کو پلیٹ پر رکھیں۔ کھانا چبا کر کھائیں اور کھانے کے دوران جب شکم سیری محسوس کریں تو کھانے سے ہاتھ کھینچ لیں۔ ہمارے نبی پاک ﷺ کا ارشاد ہے کہ ”بھوک رکھ کر کھاؤ“ یقیناً اس میں حکمت پنہاں ہے۔ اگر آپ کھانے کو پورے آداب اور آہستگی سے کھاتے ہیں تو اس کا مطلب ہے آپ اپنے جسم کو فیصلہ کرنے کا پورا موقع فراہم کرتے ہیں کہ کھانے کو جاری رکھا جائے یا چھوڑ دیا جائے۔ کھانے کی مندرجہ بالا عادتوں سے ہائے میں مدد ملتی ہے اور کھانے کو پوری طرح چبانے کا بھی موقع ملتا ہے۔

اگر آپ موٹاپے کا شکار ہیں اور اسے کم کرنا چاہتے ہیں، تو آپ اپنی مصروفیات اور غذا میں تبدیلی کر کے اپنے موٹاپے کو دور کر سکتے ہیں۔ اگر آپ کا وزن غذا اور ورزش میں توازن پیدا کر کے ایک نئی مگر موزوں جگہ پر رک چکا ہے اور آپ خود بھی محسوس کرتے ہیں کہ یہ آپ کا مناسب ترین وزن ہے تو اس کا جائزہ لینے کے لئے ایک بڑا شیشہ سانس لگا کر خود کو پرکھ سکتے ہیں۔ یا پھر جلد کو ناف اور جانگھ کی درمیانی جگہ سے دبا کر اس کا جائزہ لے سکتے ہیں۔ اگر دبانے سے جلد کی موٹائی مردوں میں چھوٹی انگلی کے برابر



ایک گلاس کولا، آدمی پالشائی یا آدھے سکوپ (Scoop) آنکس کریم میں 100 حرارے موجود ہوتے ہیں۔ جیسا کہ پہلے ذکر کیا جا چکا ہے، وزن کو گھٹانے کے لئے کھانے پینے اور ورزش کی عادات میں تبدیلی پیدا کر کے وزن کو موزوں ترین حد پر رکھا جاسکتا ہے۔ طبی مشورے کے بغیر دو دن تک اپنی خوراک 1200 حراروں سے کم کرنے کی کوشش ہرگز نہ کریں اور ڈاکٹر سے مشورہ کئے بغیر پہلی بار چند روزہ پاؤنڈ سے زیادہ وزن میں کمی نہ کریں۔

ایک دفعہ آپ نے اگر اپنے سن پسند وزن کا ہدف غذا میں کمی کر کے حاصل کر لیا ہے تو نئی ورزشیں جاری رکھیں اور اپنی سرگرمیوں کو مزید فعال بنائیں اور ان باتوں پر سختی سے کاربند رہیں جن کی پابندی سے آپ کو مطلوبہ وزن حاصل ہوا ہے۔ اپنے وزن کو ہفتے میں ایک دفعہ چیک کریں اور اگر وزن ایک پاؤنڈ بڑھ جائے تو جلد سے 3500 حرارے فی ہفتے کے حساب سے کم کرنے کی کوشش کریں، جس سے دوبارہ آپ کا وزن پہلے والے معیار پر آجائے گا۔ ان طریقوں پر عمل پیرا ہو کر عادات اسمارٹ اور فٹ رہا جاسکتا ہے۔

کے آپ اپنے مناسب وزن کا اندازہ لگا سکتے ہیں کہ آپ کو اب کتنا فالتو وزن کم کرنا ہے یا کم کرنے کی ضرورت ہے۔

فرض کریں کہ تمام ورزشوں اور غذائی عادات میں تبدیلیوں کے باوجود آپ کا وزن دس پاؤنڈ زیادہ ہے۔ اس فالتو وزن کو آپ ہفتے میں ایک پاؤنڈ سے زیادہ کم نہ کریں۔ ایک پاؤنڈ وزن کو گھٹانے کے لیے ایک ہفتے میں جسم سے 3500 حرارے خارج کرنے کی ضرورت ہے (جو ایک پاؤنڈ چکنائی کے برابر ہوتے ہیں) میں اضافے اور غذا میں تبدیلی کے ایک ساتھ آغاز سے حراروں میں کمی لائی جاسکتی ہے۔ فالتو حراروں میں کمی دماغ اور جسم دونوں کے لئے بہتر ہوتی ہے۔ حراروں کو خرچ کرنے کے لئے آپ تیز تیز چلنے سے ایک گھنٹے میں 300 حرارے خارج کر سکتے ہیں۔ ایک گھنٹہ ڈانس کرنے سے 250، ٹینس کھیلنے سے 350، گولف کھیلنے سے 225، گھڑ سواری سے 250، سائیکل چلانے سے 400 اور دوڑنے سے 600 حرارے استعمال ہوتے ہیں۔ بہت سے چارٹوں کے مطابق مختلف غذائیں جن میں درمیانے سائز کے رول یا ایک اور ایک چوتھائی (سوا) توں میں 100 حرارے ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ ابلے ہوئے درمیانے سائز آلو، مصری کے چار ڈھیلوں، فروٹ کیک کے ایک ککڑے

NSIC

EXISTING SMALL SCALE UNITS & NEW ENTREPRENEURS

Avail assistance under the following Schemes:

- * Composite Term Loan * Govt. Purchase Registration * Plant & Machinery on Hire Purchase,
- * Equipment Leasing, * Italian Line of Credit, * Marketing Assistance * Bill Discounting Scheme
- * Raw Material Assistance

(specially Aluminum & zinc on concessional rate)

Regional Director:

The National Small Industries Corporation Ltd.,
(A Govt. of India Enterprise)

20B, Abdul Hamid Street, (7th Floor) Kolkata-700069

Phone: 033-248-7357/7358/4128 Fax: 033-2487359

E-mail : rocal@nsicindia.com

WEBSITE : <http://www.nsicindia.com>



ایڈس کے تدارک میں مذہبی رہنماؤں کا تعاون

**”عالمی یوم ایڈس (یکم دسمبر)“
کے موقع پر خصوصی پیش کش**

ایچ آئی وی (HIV) وائرس کو بتایا جاتا ہے جس کو ہیومن ایمونو ٹروپک وائرس (Human Immunotropic Virus) کا نام دیا گیا ہے اور یہ وائرس جسم انسانی کے نظام دفاع امراض یعنی نظام مناعت (Auto Immune System) کو تباہ کر کے اس کو اس لائق نہیں چھوڑتا کہ وہ مختلف امراض جیسے تیز بخار آنا، دست آنا، وزن کم ہوتے جانا وغیرہ کا مقابلہ کر سکے اور اس طرح سے مریض بدتر بن کر زور و لاغر ہوتے ہوئے آخر انجام کو پہنچتا ہے۔

ایڈس کیسے پھیلتا ہے؟

جب ایڈس سے متاثر مریض کا خون یا جمع کے دوران تحلیل شدہ مادہ منویہ کسی تندرست شخص کے جسم میں شامل ہو جاتا ہے تو ایچ آئی وی تعدی (HIV Infection) لاحق ہو جاتا ہے۔ ہندوستان میں یہ شرح 85% ہے۔

اس موذی مرض کے پھیلنے کی وجوہات میں سب سے اہم وجہ ناجائز جنسی تعلقات ہی ہوتی ہے چونکہ جنسی امراض میں ملوث لوگوں میں یہ بہت تیز رفتاری سے پھیلتا ہے جیسا کہ مذکورہ بالا شرح فیصد سے ظاہر ہوتا ہے۔

اس مرض کے پھیلنے کی دوسری بڑی وجہ نشلی دواؤں کے استعمال کرنے والوں میں جسمانی کمزوری کے ساتھ

ایڈس موجودہ دور میں بنی نوع انسان کی صحت اور بقاء حیات کے لیے عالمی سطح پر ایک بڑا خطرہ ہے جو جنگل کی آگ کی طرح سے بہت تیز رفتاری سے پھیلتا چلا جا رہا ہے۔ گوکہ آج کی تاریخ تک اس مرض کا شافی علاج معلوم نہیں ہو سکا ہے لہذا تمام دنیا میں اسی اصول کے تحت تدابیر اختیار کی جا رہی ہیں کہ علاج سے تدارک ہمیشہ بہتر ہوتا ہے۔ مایوسی کی ضرورت نہیں ہے چونکہ حضور پاک حضرت محمد ﷺ کی حدیث پاک لکھنؤ ڈو الیفنڈا سے یہ خوشخبری انسانوں کو ملتی ہے کہ تمام امراض کے لیے شفاء دینے والی دوا اللہ پاک نے بخشی ہے۔ جس کو تلاش کرنا حضرت انسان کا کام ہے۔ اب دیکھئے کہ وہ کب تک حاصل ہوتی ہے تب تک طبی دنیا کے بدلتے ہوئے رجحان کو دیکھ لیں اور اس سے بھی پہلے ان قارئین کے ساتھ ایڈس سے متعلق بنیادی گفتگو بھی کر لیں جو اس سے باخبر نہیں ہیں۔

ایڈس (AIDS) کیا ہے؟

چار انگریزی الفاظ کا مخفف ہے یعنی ایڈوائزڈ ایمونو ڈیفیشینسی سنڈروم (Acquired Immuno-Deficiency Syndrome)۔ مختلف امراض کی علامات کا مجموعہ جو مریض کو آہستہ آہستہ تنگی حیات کی جانب لے جاتا ہے۔ ان امراض کا ابھی تک شافی علاج نامعلوم ہے۔ تحقیقات کی روشنی میں اس کا سبب



ایڈس کا تدارک اور مذہبی رہنماؤں کا تعاون:

اب نہ صرف دہلی و ہندوستان میں بلکہ عالمی سطح پر یہ تسلیم کیا جانے لگا ہے کہ مذہبی عقائد کے تحت صحیح تعلیم و تربیت کے ذریعہ پاکیزہ زندگی بسر کرنے کی ترغیب دینے سے ایڈس کو پھیلنے سے روکا جاسکتا ہے اور اس کا تجربہ کامیابی کے ساتھ افریقہ میں یوگا نڈہ کی اسلاک میڈیکل ایسوسی ایشن نے کیا ہے جہاں ائمہ مساجد کو اس نیک کام کے لیے تیار کر کے عوام تک ایڈس اور اس کے تدارک سے متعلق باخبری کا کام

لیا گیا اور اس طرح سے وہاں 1992ء سے شروع کی گئی اس مہم میں ائمہ کے تعاون کی وجہ سے شرح پھیلاؤ میں خاطر خواہ کمی نوٹ کی گئی۔ اس مہم کی کامیابی کی روشنی میں ہندوستان جیسے عظیم انسان

اب نہ صرف دہلی و ہندوستان میں بلکہ عالمی سطح پر یہ تسلیم کیا جانے لگا ہے کہ مذہبی عقائد کے تحت صحیح تعلیم و تربیت کے ذریعہ پاکیزہ زندگی بسر کرنے کی ترغیب دینے سے ایڈس کو پھیلنے سے روکا جاسکتا ہے۔

ملک میں جہاں مختلف مذاہب و عقائد کے پیروکار موجود ہیں مذہبی تعلیمات کی اہمیت کے مد نظر ایک کل مذاہب ورکشاپ 17 اگست 2002ء کو انڈیا انٹرنیشنل سینٹر لودھی روڈ، نئی دہلی میں منعقد کی گئی جو دہلی اسٹیٹ، ایڈس کنٹرول سوسائٹی اور گرائڈ ایلمینٹریل سوسائٹی، دہلی کے اشتراک سے عمل پذیر ہوئی۔ ہندو، اسلام، سکھ، بودھ، عیسائی، جین وغیرہ مذاہب کی اہم شخصیات نے اس ورکشاپ میں حصہ لے کر مذہبی رہنماؤں کے قیمتی تعاون پر روشنی ڈالی کہ کس طرح سے یہ رہنما بہت بڑے طبقہ معاشرہ تک یہ باخبری پہنچا سکتے ہیں کہ مذہبی پاکیزہ زندگی بسر کرنے والے باسانی اس موذی مرض سے بچ سکتے ہیں اور جذبہ ہمدردی سے ان افراد کی مدد بھی کر سکتے ہیں جو مرض کا شکار ہو چکے ہیں۔

مشترکہ سرخ کا استعمال اور ہندوستان میں 17% افراد میں مرض کے پھیلنے کی بجلی وجہ ہے جو 15 سے 25 برس کی عمر کے نوجوانوں میں دیکھی گئی ہے۔

دورانِ علاج مریض کو انتقال الدم (Blood Transfusion) کی صورت میں بھی 14% افراد میں یہ مرض کے پھیلنے کا سبب بنتا ہے۔ 18 سے 49 برس کی عمر کے افراد 89% تک اس مرض سے متاثر پائے گئے ہیں اور ان میں سے 25% سے 30% وہ بچے بھی ہیں جنہیں یہ مرض اپنی ماؤں سے منتقل ہوا جو کہ پہلے ہی سے اس مرض سے متاثر تھیں۔

ہندوستان میں آج سے 15 برس پہلے یہ موذی مرض ایک مریض کی جان کا دشمن بنا تھا جو کہ اس کا سب سے پہلا حملہ تھا۔ اب تک تقریباً 38 لاکھ افراد اس سے متاثر ہو چکے ہیں۔ دنیا بھر میں مختلف ممالک میں ایڈس سے متاثر افراد کی تعداد 30 ملین یعنی 3 کروڑ تک پہنچ چکی ہے جو آئندہ کچھ عرصہ میں 4 کروڑ تک جاسکتی ہے۔

ایک رپورٹ کے مطابق 1997ء تک ایڈس کی وجہ سے موت کی آغوش میں پہنچنے والے افراد کی تعداد 23 لاکھ تک پہنچ گئی جو کہ سابقہ برس 1996ء سے 5% زیادہ تھی جبکہ ان تمام افراد میں نصف تعداد عورتوں کی تھی۔

دہلی میں 1988ء سے لے کر، جب کہ ایڈس کا پہلا مریض رپورٹ کیا گیا تھا، اب تک یہ تعداد بڑھ کر 682 پہنچ چکی ہے اور اپریل 2002ء تک 182 افراد اس موذی مرض کی وجہ سے موت کی آغوش میں جا چکے ہیں۔

مذکورہ بالا اعداد و شمار سے اندازہ کیا جاسکتا ہے کہ یہ موذی مرض کس تیز رفتاری سے پھیلتا ہے اور انسانوں کو لہذا اہل بنالیتا ہے۔



ڈائجسٹ

اس ضمن میں یہ امر قابل ذکر ہے کہ پاکیزہ زندگی کی تعلیم اور بری عادتوں کی وعید سے متعلق کئی قرآنی آیات اور احادیث لوگوں کے سامنے پیش کی جاسکتی ہیں کہ جہاں ایڈس جیسے موذی مرض سے تدارک کی سبیل موجود ہیں۔ لہذا اب یہ پیغام چاروں سمت مذہبی رہنماؤں کے لیے اور عوام الناس کے لیے جانا چاہئے کہ "ایڈس سے متعلق گفتگو اب شرم و حیا کا نہیں بلکہ سنجیدگی کا معاملہ ہے۔ یہ ہم سبھی کا مذہبی فریضہ بھی ہے کہ ایسے انسانوں کو اور خصوصاً نوجوانوں کو ایڈس یا رگڑتے ہوئے موت کی دعوت دینے یعنی ایڈس کے عذاب سے بچایا جائے اور ان کے ساتھ ہمدردی کا سلوک کر کے حتی المقدور ان کی مدد کی جائے۔" جیسی ایڈس کا تدارک ممکن ہے اور ہم سب محفوظ رہ سکتے ہیں۔

مختلف مذہبی رہنما اپنے اس اہم کردار اور تعاون کو مندرجہ ذیل لائحہ عمل کے ذریعہ پیش کر سکتے ہیں۔

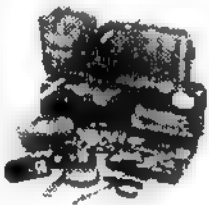
- (1) ایس ٹی ڈی رائج آئی وی رائج ایڈس (STD/ HIV/ AIDS) کے متعلق تعلیم دے کر عوام کو باخبر کرنا، اس کے نتائج سے آگاہ کرنا اور عمومی بیداری پیدا کرنا تاکہ ایڈس کا تدارک ممکن ہو سکے۔
- (2) ایڈس کے لاحق مریضوں کی ضرورت بھر دیکھ بھال دہہ کرنا۔
- (3) HIV/STD کے لاحق مریضوں کو مناسب مشورہ دے کر علاج فراہم کرنا جو کہ مرکزی و ریاستی سرکاروں کے طبی مراکز پر دستیاب ہے۔

محمد عثمان
9810004576

اس علمی تحریک کے لیے تمام ترینک خواہشات کے ساتھ

ایشیا مارکیٹنگ کارپوریشن

ہر قسم کے بیک، اٹیچی، سوٹ کیس اور بیگوں کے واسطے نائیلون کے تھوک بیوپاری نیز امپورٹر و ایکسپورٹر



asia marketing corporation

Importers, Exporters & Wholesale Supplier of:
MOULDED LUGGAGE EVA SUITCASE, TROLLEYS,
VANITY CASES, BAGS, & BAG FABRICS

6562/4, CHAMELHAN ROAD, BARA HINDU RAO, DELHI-110006 (INDIA)
phones 011 354 3298, 011 3621694, 011-353 6450, Fax 011- 362 1693
E-mail: asiemarkcorp@hotmail.com
Branches: Mumbai, Ahmedabad

فون : 011-3543298, 011-3621694, 011-3536450, فیکس : 011-3621693
پتہ : 6562/4 چمیلین روڈ، بارہ ہندو راول، دہلی-110006 (انڈیا)
E-Mail : osamorkcorp@hotmail.com



ماں کا دودھ : قدرت کا عظیم تحفہ

محبت کا دوسرا نام (Mother) ہے، ماں کی چاہت کا کوئی انسانی نعم البدل نہیں۔ ماں کا دودھ، صحت و حفاظت کا ضامن ہے۔ حالیہ تحقیق نے یہ بات ثابت کر دی ہے کہ ماں کے دودھ پلانے سے بچوں کی پیدائش میں وقفہ بڑھ جاتا ہے۔ تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ سوروشی ذیابیطس سے متاثرہ بچوں کے لیے ماں کا دودھ ہی نعمتِ عظمیٰ ہے۔ ماں کا دودھ پلانا بچے میں ماں سے انسیت بڑھانے کا سبب بنتا ہے اور نفسیاتی طور پر شیر خوار اپنی ماں سے قریب ہوتا ہے۔ پھر ماں کے دودھ پر کوئی خرچ بھی نہیں آتا صرف محبت توجہ اور تھوڑے سے ایثار کی ضرورت ہے۔ یاد رکھئے ماں کا دودھ شیر خوار بچوں کے لیے شرعی و قدرتی حق ہے اور جو ماں کسی معقول وجہ کے بغیر بچے کو اپنے دودھ سے محروم رکھتی ہے بچ پوچھے تو اس میں جذبہ متانہیں۔ دودھ پلانا خود ماؤں کے لیے بھی فائدہ مند ہے کہ پستان (Breast) کے کینسر جیسی خطرناک بیماری سے انھیں محفوظ رکھتا ہے اس لیے کہ حالیہ تحقیق نے یہ بھی ثابت کیا ہے کہ یہ خطرناک بیماری بانجھ عورتوں میں اور دودھ نہ پلانے والی ماؤں میں سب سے زیادہ پائی گئی ہے۔

استقرار حاصل سے پیدائش تک بچے کو ماں کے خون کے ذریعہ غذا ملتی ہے۔ وہ دورانِ حمل اور زچگی کے دوران ہونے والی ساری جان لیوا تکالیف برداشت کرتی ہے تاکہ اس کی مستاکمرکز یعنی اولاد بخیر و خوبی اس دنیا میں آجائے۔ جب بچہ بطنِ مادر سے آغوشِ مادری میں آجاتا ہے تو بچہ کی پرورش کا اہم ترین جزو یعنی دودھ ماں ہی فراہم کرتی ہے جو بچے کی نشوونما و صحت کے لیے از حد ضروری ہے۔ واضح رہے کہ ماں کو دودھ آنا یعنی اس کا جاری ہونا پانہ ہونا صرف اور صرف اللہ تعالیٰ نے ماں کی مرضی پر

چھوڑ دیا ہے۔ اگر وہ متاثرہ کی شخصیت اپنے جگر گوشہ کو دودھ پلانا چاہے تو دنیا کی کوئی طاقت اسے روک نہیں سکتی۔ بہت ہی کم یعنی ہزاروں میں ایک آدھ کیس ایسا ہوتا ہے کہ کسی بیماری کی وجہ سے ماں کی خواہش کے باوجود دودھ جاری نہیں ہوتا۔ معاشی معاشرتی اور ثقافتی تقاضے اور ماں کا کسی متعدی بیماری میں مبتلا ہونا وہ اسباب ہیں جن کی بنیاد پر بچے کو ماں کے دودھ سے محروم رہنا پڑتا ہے۔ قدرت کے اس نظام پر ہمیں شکر کرنا چاہئے کہ دورانِ حمل بچے کو آنول کے ذریعہ غذائیت فراہم ہوتی ہے لیکن وضع حمل کے فوری بعد آنول کے الگ ہو جانے پر بچے کو غذا کی فراہمی کا سلسلہ ماں کے دودھ کے ذریعہ جاری ہوتا ہے اور دودھ کے بننے اور خارج ہونے کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ جسے رضاعت کہتے ہیں۔ پستان کی جلد میں موجود غدود اس سے تعلق رکھتے ہیں۔ انہی میں غذائیت سے بھرپور روہ مرکب تیار ہوتا ہے جسے ماں کا دودھ کہا جاتا ہے۔ جس میں کاربوہائیڈریٹ پروٹین اور چربی کی ضروری تناسب مقدار قدرِ ناپائی جاتی ہے جس کی وجہ سے بچے کی نشوونما بہتر طریق پر ہوتی ہے۔ جب عورت حاملہ ہو جاتی ہے اور چوتھا یا پانچواں مہینہ شروع ہو جاتا ہے تو قدرِ ناپائوں کے سائز میں اضافہ ہو کر خاص قسم کی شے پیوسی (Colostrum) کی ذخیرہ اندوزی شروع ہو جاتی ہے جس سے حاملہ میں ایک عجیب سی کیفیت و جذبات ابھرتے ہیں جس کا اظہار ماں جیسی رفیق و شفیق ہستی کے سوا دوسرا نہیں کر سکتا۔ اس کا دل اندر ہی اندر "ماں" کے جذبہِ تلاؤال سے سرشار اثرِ سلیم اعجاز حاصل کرتا ہے۔ یہ شے زردی مائل ہوتی ہے اور اسے بچے کا پہلا کھانا کہا جاتا ہے۔ جو اسے رحمِ مادر ہی میں ملتا رہتا ہے۔ لیکن اکثر و بیشتر دیکھنے میں آیا



ہے۔ اس لیے ماں کا دودھ ہی وہ مناسب و قدرتی غذا ہے کہ جو صرف اور صرف نوزائیدہ کے جسمانی نظام کے لیے موزوں و قابل قبول ہے۔ ماں کے دودھ کی نمایاں خوبی یہ بھی ہے کہ اس کی وجہ سے نوزائیدہ بچے کی آنتیں بڑھوتری کے وقت اس کی ضرورت محسوس کرتی ہیں۔ اور محض ماں کے دودھ کے باعث چار پانچ ماہ بعد سے ہی دوسری غذاؤں کو قبول کرنے کی تحمل رہتی ہیں۔ اسی لیے قدرت نے ماں میں الحمد للہ 12 تا 18 ماہ تک خاصی مقدار میں دودھ پیدا کرنے کی صلاحیت رکھی ہے جو بچوں کی بہتر نشوونما کے لیے موزوں ثابت ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ ماں کے دودھ پینے والے بچے اپنا متوازن وزن بھی قائم رکھتے ہیں۔ ماں کو خود دودھ پلانے کے کئی تجربوں سے نجات ملتی ہے۔ جس میں دودھ کی خریداری، پانی، بوتل، گارم کتا صفائی وغیرہ بلکہ کہیں پر مہمانی میں جانے پر یہ تمام مسائل خود ماں کے لیے شرمندگی کا باعث بنتے ہیں۔ ان تمام صورتوں میں ماں کے لیے اپنا دودھ پلانا ہی بہت آسان کام ہے۔

بچے کے لیے ماں کا دودھ سب سے اعلیٰ ترین غذا ہے اور قدرت کا عظیم تحفہ ہے لہذا ہر ماں کو چاہئے کہ بلا تحجب اپنے بچے کو دو سال تک ضرور دودھ پلائے۔ اس عمل سے اس کی خوبصورتی، حسن و جمال میں اضافہ ہوتا ہے بلکہ اس کو دودھ پلانے کا اجر بھی ملتا ہے۔ اگر مائیں دو سال تک دودھ پلاتی رہیں تو بچے بھی صحت و سلامتی کے ساتھ محفوظ رہتے ہیں۔ فطرتا ایسے بچے اطاعت گزار نکلتے ہیں اور آگے بھی بچوں کی پیدائش میں وقفہ آتا ہے جو بچہ اور ماں دونوں کی بہترین صحت کا ضامن ہے۔ اگر ماں شرعی اعتبار سے بچے کو مدت رضاعت میں دودھ پلاتی رہے تو بچہ اور ماں دونوں کے لیے یہ نعت ہے۔ ماں کے دودھ کی ان خصوصیات پر توجہ دینا بھی از حد ضروری ہے۔

☆ ماں کا دودھ صاف اور جراثیم سے پاک رہتا ہے۔ کیونکہ ماں کا دودھ براہ راست بچے کے منہ میں داخل ہوتا ہے۔ اس لیے اس میں جراثیم، گندگی کی موجودگی کے امکان کم

ہے کہ بد قسمتی سے ہمارے ملک میں بچے کو مختلف وجوہات کی بناء پر اس نعمت سے بھی محروم رکھا جاتا ہے اور ضائع کر دیا جاتا ہے۔ حالانکہ اس میں ماں کی طرف سے ملنے والی قدرتی اینٹی باڈیز (Antibodies) کثیر مقدار میں موجود ہوتی ہیں جو نوزائیدہ کو ہر قسم کی بیماریوں سے محفوظ رکھتی ہیں۔ واضح رہے کہ بچے کا حفاقی نظام کوئی پانچ سال تک مکمل طور پر اس قابل نہیں ہوتا کہ وہ اپنی حفاظت کے لیے اینٹی باڈیز تیار کر سکے۔ اینٹی باڈیز میں پروٹین اور وٹامن اے کی بھاری مقدار موجود ہوتی ہے۔ وٹامن اے جلد اور آنکھوں کی حفاظت کے لیے بہت ضروری ہے۔ پیدائش کے بعد جب بچہ ماں کے پستانوں کو چوسنا شروع کرتا ہے تو غدودی تخماتیہ (Pituitary Glands) سے دو ہارمون پرو لاکٹن (Prolactin) اور آکسی ٹوسن (Oxytocin) خارج ہو کر خون میں گردش کرنے لگتے ہیں۔ ماں کے پستان دودھ بنانے اور اسے خارج کرنے کے عمل میں مصروف ہو کر نوزائیدہ اور ماں کے درمیان فعلیاتی و حرکیاتی تعلق قائم کر دیتے ہیں۔ یاد رہے کہ پرو لیکٹن ہارمون دودھ بنانے کے لیے اور آکسی ٹوسن دودھ کے اخراج کے لیے قدرتی ماڈہ ہے۔ اس طرح ماں کے دودھ کا سب سے بڑا فائدہ متعدد بیماریوں سے بچانا بھی ہے اور جذبہ مستاکو پر دان چڑھانا بھی۔ ہمارے ملک میں حالیہ تحقیق سے یہ ثابت ہوا ہے کہ سب سے زیادہ جان لیوا قتلے و دست ہیں۔ ان کا خطرہ بچوں کو بائٹل سے دودھ پلانے سے بڑھ جاتا ہے۔ لہذا نہ صرف قتلے و دست سے نجات ملتی ہے بلکہ تنفس کی بیماریوں سے بھی ماں کا دودھ پینے والے بچے محفوظ و تندرست ثابت ہوئے ہیں۔ گائے، بھیڑ، بکری یا ڈبے کا دودھ استعمال کرنے والے نوزائیدہ بچوں میں ایک ایسا ماڈہ بھی موجود ہوتا ہے جو قدرت نے انسانی دودھ میں نہیں رکھا اور یہ ماڈہ شیر خوارگی کے دور میں الرجی (Allergy) کا سبب بنتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ آج کی نسل زیادہ تر الرجی کا شکار



ہوتے ہیں۔ جس سے بچوں میں پیٹ کی بیماریاں پیدا ہونے کے امکان کم ہو جاتے ہیں۔

☆ ماں کے دودھ کے مقابلے میں گائے کے دودھ سے الرجی کی وجہ سے کئی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں۔

☆ ماں کے دودھ میں پولیو وائرس سے بچنے کے لیے اہم کیسے کی اجزاء موجود ہوتے ہیں جس سے وہ اس بیماری کے حملے سے محفوظ رہتے ہیں۔

☆ پیو سی (کوولنٹرم) اور ماں کے دودھ میں الٹی سوزائیم اور لیکوفیرین کی تکمید (ٹیلیکسیس) کے امکان بڑھ جاتے ہیں۔ یہ مرض کورونے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

☆ ماں کا دودھ اچھی پروٹین، لیکوفیرین کا عمدہ ذریعہ ہے ان کی موجودگی کی وجہ سے آنت میں ای کو لائی جراثیم بڑھنے کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔

☆ مکمل طور پر متوازن غذا لینے والی ماؤں کے دودھ میں حیاتین ڈی، آئرن اور کلورائیڈ کو چھوڑ کر دوسرے ضروری غذائی اجزاء موجود ہوتے ہیں۔

☆ ماں کا دودھ آسانی کے ساتھ مناسب درجہ حرارت پر

فراموش ہوتا ہے جو بچے کے لیے فائدہ مند ہے۔

☆ جن بچوں کو مائیں دودھ نہیں پلاتیں ان کی بیضہ دانیوں (اوریز) وقت سے پہلے پختہ ہو جاتی ہیں جو انتہائی خطرناک ہے۔ اس لیے ایسی خواتین رحم اور چھاتی کے کینسر کے مرض میں بھی اکثر مبتلا ہو جاتی ہیں۔

نوٹ: ماں اگر کسی بیماری میں مبتلا ہو مثلاً پستان کا زخم، پستان کا کینسر، قلبی بیماری، گردے میں ورم، دق یا تیز بخار ہونے پر تو بچے کو دودھ نہیں پلانا چاہئے۔ مجبوری پر گائے کا دودھ بہتر متبادل ہے۔ لیکن اُبالنا نہایت ضروری ہے تاکہ دودھ کے جراثیم باقی نہ رہیں۔

☆ دودھ پلانے والی خواتین کا ایام دیر سے شروع ہوتا ہے اس طرح اگلے بچے کی پیدائش کا امکان آنے والے ایک سال تک کم رہتا ہے۔

☆ ماں کا دودھ بچے کے لیے عطیہ اکرم ہے جس کی قدر و منزلت شکر خداوندی ہے۔

سبز چائے

قدرت کا انمول عطیہ

خطرناک کولیسٹرول کی مقدار کم کر کے دل کے امراض سے محفوظ رکھتی ہے، کینسر سے بچاتی ہے۔

آج ہی آزمائیے



ماڈل میڈیکل فور

1443 بازار چٹلی قبر، دہلی۔ فون: 326 3107, 3255672



قرآنی آیتیں، احادیث اور جدید سائنس (وضاحت)

مصنف نے اپنے مضمون سے متعلق اٹھائے گئے اعتراضات کی وضاحت کے واسطے یہ تحریر بھیجی ہے۔ مذکورہ مضمون ابھی جاری ہے اور اس کی اگلی قسط انشاء اللہ جنوری 2003ء کے شمارے میں شائع کی جائے گی۔

جریدے میں یہ حذف کیے گئے ہیں¹۔

قرآن مجید کی آیات کی نسبت سے سائنس پر بہت ساری کتابیں اور مضامین لکھے گئے ہیں۔ ان کتابوں اور مضامین میں عمومی طور پر ساری باتیں نہیں ہوتی ہیں۔ اس لئے میرے دل میں یہ تحریک پیدا ہوئی کہ ایک طویل مقالے میں ان کو یکجا کر کے یاد دہانہ الفاظ میں ان پیش بہاوتوں کو ایک لڑی میں پرو کر ماہنامہ ”سائنس“ کی وساطت سے قارئین کو پیش کروں۔ یہی اس مقالے کو لکھنے کا محرک تھا۔ اس سلسلے میں، میں نے جن علماء اور دانشوروں سے استفادہ کیا۔ ان میں چند اہم نام مولانا وحید الدین خان، مولانا عبدالکریم پریکھ، سید قطب، سید امیر علی، ڈاکٹر عبدالجید الزندانی، ڈاکٹر ہوک نور باقی، ڈاکٹر رفیق زکریا، آسٹری محمد رضی الاسلام ندوی، پروفیسر یوسف سلیم چشتی، ابراہیم حمادی، نووی، پروفیسر ایم۔ اے عظیم اور نو مسلم فرانسیسی سائنس دان ڈاکٹر مودیس بوکائے ہیں۔

کتوب نگار نے جن قرآنی آیات اور احادیث کی تاویلیں اور ترجموں کو مجھ سے منسوب کر کے بیک جنبش قلم مسترد کرتے ہوئے بالکل انحراف، قطعاً غلط اور انتہائی بے معنی چیز، جیسے الفاظ استعمال کئے ہیں۔ دانت یا نادانت یا ارادی یا غیر ارادی طور مجھے نہیں بلکہ انہوں نے مذکورہ علماء اور دانشوروں کو اپنی نکتہ چینی کا بدمذہب بنایا ہے۔ امید تو یہ ہے کہ موصوف نے تردید یا اپنے دلائل اور

ماہنامہ سائنس کے اکتوبر کے شمارے میں ایک قاری حکیم ظل الرحمن صاحب کا ایک خط ”رد عمل“ کے عنوان سے شائع ہوا ہے۔ جس میں موصوف نے قسطوں میں شائع ہونے والے میرے مقالے ”قرآنی آیتیں، احادیث اور جدید سائنس“ سے متعلق کئی نکتے ابھارے ہیں۔ میرے لیے ان نکات کا جواب دینا ضروری ہے۔

سب سے پہلے میں یہ واضح کرنا چاہتا ہوں کہ میں کوئی عالم یا مفسر نہیں ہوں اور نہ میں نے قرآنی آیات کا اردو میں ترجمہ کیا ہے۔ حتیٰ کہ غلطیوں کے گمان سے انگریزی سے اردو میں قرآنی آیات کا ترجمہ کرنے کی جسارت بھی نہیں کی ہے۔ قرآنی آیات کی جو تاویلیں اور توجیہات پیش کی ہیں وہ میرے دماغ کی انج نہیں ہے۔ مقالہ ہذا لکھنے کے لئے میں نے متعدد علماء مفسرین اور دانشوروں کی کتابوں اور مضامین سے استفادہ کیا ہے۔ اور انہیں کا حوالہ دیا ہے۔ اس ضمن میں معروف مسلم علماء نے جو طرہ اختیار کیا ہے میں نے بھی وہی طریقہ اپنایا ہے۔ مقالے کے اختتام پر نہ صرف میں نے ان کی تفصیلات دی ہیں۔ بلکہ کہیں کہیں مضمون میں کسی کسی عالم کے بیان کو نمبر دے کر حواشی میں اجاگر کیا ہے۔ تاہم

1. ”سائنس“ جس فارمیٹ پر شائع ہوتا ہے اس میں حوالے نہیں دیے جاتے ہذا مذکورہ حوالہ جات شائع نہیں کئے گئے۔ مزید وضاحت کے لئے قارئین مصنف سے رابطہ قائم کر سکتے ہیں۔



Expanding Universe (اردو ترجمہ 'خدا موجود ہے' - مولف جان کلور موتر اور اردو مترجم عبدالحمید صدیقی) کے پیش لفظ میں لکھا ہے۔

”کائنات کا جو نظریہ آج کل زیادہ تر مقبول ہو رہا ہے۔ وہ یہ ہے کہ یہ کائنات یک لخت ایک ہی تخلیقی انفجار Explosion سے وجود میں آئی تھی، نہ کہ کسی طویل مدت تک عمل سے۔ اس کا سارا مادہ تخلیق کچا، انتہائی کثافت اور انتہائی حرارت کی حالت میں تھا۔ اور ابھی اس کی عمر پانچ منٹ کی تھی کہ ایک عظیم انفجار سے وہ چھٹی۔ تیس منٹ کے اندر اندر تمام کیمیائی عناصر پیدا ہو گئے اور پھر اسی مادے سے بے شمار اجرام فلکی بنے۔“ یہ گویا موجودہ سائنس کی زبان سے قرآن کے ان ارشادات کی تفسیر ہو رہی ہے۔ جن میں فرمایا گیا ہے کہ:

”ہم جس چیز کا ارادہ کرتے ہیں، اس کے لئے ہمیں بس یہ کہنا ہوتا ہے کہ ہو جاو اور وہ ہو جاتی ہے۔“ (النحل: 40)۔

”آسمان اور زمین سب ایک ڈھیر تھے، پھر ہم نے انہیں پھاڑ دیا۔“ مولانا نے بھی اس تاویل کو مسترد نہیں کیا ہے۔ (الانبیاء: 30)

مکتوب نگار نے قرآنی آیت قُلْ اسْتَوِیْ اِلٰی السَّمَاءِ وہی دُخان کا حوالہ دیتے ہوئے لکھا ہے کہ انہیں بسیار تلاش کے باوجود آیت نہیں مل سکی۔ دہلی جیسے شہر میں رہتے ہوئے موصوف کو چاہئے تھا کہ کسی عالم سے رجوع کریں۔ اس آیت کا حوالہ مختلف علماء اور مفسرین نے دیا ہے۔

”پھر آسمان کے بنانے کی طرف توجہ فرمائی۔ وہ دھواں سا تھا۔“ (41-11) ماخوذ مضمون 'قرآن اور عصری تحقیقات' از ریاض المحسن نوری (قرآن نمبر حصہ دوم صفحہ 177)۔

”پھر وہ آسمانوں کی طرف متوجہ ہوا۔ اس حال میں کہ وہ دھوئیں کی شکل میں تھے۔“ ماخوذ مضمون 'قرآن اور علوم عصریہ' از علامہ سید رشید رضا مصری (قرآن نمبر حصہ پنجم صفحہ 32)۔

استدلال کی تائید میں ایک بھی عالم کا حوالہ نہیں دیا ہے۔

سورہ انبیاء کی آیت 30، آسمان اور زمین طے ہوئے تھے، پھر ہم نے ان کو جدا کر دیا، کے ضمن میں وہ لکھتے ہیں کہ اس آیت کی تطبیق میں نے کی ہے۔ میں نے صرف علماء کا حوالہ دیا ہے۔ کئی علماء نے اس آیت کا ترجمہ یوں دیا ہے۔

”زمین آسمان ہاتھ ملے ہوئے تھے۔ پھر ہم نے ان کو جدا کر دیا۔“ (کتاب 'اسلام دین فطرت' مولانا وحید الدین خان صفحہ 7)

”سب آسمان و زمین طے ہوئے تھے۔ پھر ہم نے انہیں جدا کیا۔“ (کتاب 'قرآنی آیات اور سائنسی حقائق' از ڈاکٹر نور باقی ہلوک صفحہ 62)

”پہلے آسمان اور زمین جڑے ہوئے ایک شے تھے۔ پھر ہم نے ان کو علاحدہ علاحدہ کر دیا۔“ (مضمون 'قرآن اور عصری تحقیقات' از ریاض المحسن نوری، قرآن نمبر حصہ دوم صفحہ 176)

”آسمان اور زمین آپس میں چپکے ہوئے تھے۔ جن کو ہم نے ایک دوسرے سے الگ کر دیا۔“ (مضمون 'قرآن اور سائنس' از سید محمد شریف، قرآن نمبر حصہ دوم صفحہ 260)

”یہ سب آسمان اور زمین ہاتھ ملے ہوئے تھے، پھر ہم نے انہیں جدا کیا۔“ (سید قطب کی کتاب 'قرآن اور سائنس' عربی سے اردو میں کتاب کا ترجمہ پر دفسر محمد نجات اللہ صدیقی اور سلطان احمد اصلاحی نے کیا۔ صفحہ 33)

”آسمان اور زمین دونوں طے ہوئے تھے تو ہم نے ان کو جدا کر دیا۔“ (ترجمہ - مولانا فتح محمد خان جالندھری)۔

مورس بوکائے نے The Quran and Science میں اسی آیت کا حوالہ دیا ہے۔ ظاہر ہے سب تراجم کے الفاظ میں کچھ نہ کچھ فرق ہے لیکن منہو م ایک ہے۔ دوم ہا سوائے سید قطب سب نے اس آیت کی تفسیر سائنس کی اس غی اور اہم دریافت سے کی ہے۔ جس کے مطابق کائنات ایک دھماکے کے بعد وجود میں آئی ہے۔

اس ضمن میں مولانا سید ابوالاعلیٰ مودودی کا مطیع نظر ملاحظہ ہو۔ جو انہوں نے کتاب Evidence of God in an



قرآن، بائبل اور سائنس میں وہ اس آیت کے حوالے سے لکھتے ہیں۔ 'ساری کائنات ایک ایسے بخارا کی دھیرے پیدا ہوئی۔ جو گولے کی شکل میں سٹ کر سخت ہو گئی تھی اور پھر پھٹ کر ٹکڑے ہو گئی۔'
آیت کے انگریزی اور اردو ترجموں سے ظاہر ہے کہ مترجموں نے مفہوم کو قائم رکھ کر قرآن مجید کو اپنے انداز میں ترجمہ کیا ہے۔ کوئی لفظی ترجمہ کرتا ہے۔ کوئی مفہوم کو آسان پیرائے میں بیان کرتا ہے۔ کوئی فقرے کو اردو زبان کے طرز پر ترتیب دینا ضروری نہیں سمجھتا ہے۔

سورہ النجم کی آیت: 16 کا معروف عالم مولانا عبدالکریم پارکھی نے جو ترجمہ کیا ہے یا پیش کیا ہے۔ مکتوب نگار نے اس کو غلط بتایا ہے۔ مولانا کا دیا ہوا ترجمہ ملاحظہ ہو:

"اور ہم نے آسمان میں ستاروں کی منزلیں مقرر کر دیں اور دیکھنے والوں کے لئے آسمان کو زینت اور آرائش عطا کی۔"
(ماخوذ۔ گھومتی پھرتی کائنات۔ صفحہ 33)

مکتوب نگار کا پیش کردہ ترجمہ: "اور بنائے ہم نے آسمان میں بروق اور رونق دی اس کو دیکھنے والوں کی نظر میں۔"

میں مکتوب نگار کی طرح اس ترجمہ کو لغو کہنے کی جرأت نہیں کروں گا لیکن قارئین سے ضرور یہ سوال کروں گا کہ کونسا ترجمہ عام فہم اور موثر ہے؟

مکتوب نگار نے یہ رویہ اور انداز ایک طرفہ طور دوسری آیات کے ترجمہ کے لئے بھی اختیار کیا ہے۔ اور سب کو اپنے پیمانے سے ناپا ہے۔ کیا انہیں معلوم ہے کہ 1975ء تک تقریباً ڈیڑھ سو سالوں کے دوران قرآن مجید کے اردو میں دو سو ستادین ترجمہ اور تفسیریں لکھی گئی اور اسی دوران جزوی طور پر 366 ترجموں اور تفسیروں پر کام ہوا۔ میرے پاس ان کے مستند تحریری ریکارڈ ہیں۔ تین یا چار ترجموں کو پیش کر کے کلیہ یا معیار قائم نہیں کیا جاسکتا۔

قرآن نمبر کی پانچ جلدیں 1970ء کی دہائی میں پاکستان میں چھپی تھیں۔ بعد میں ہندوستان میں ادارہ سب رنگ، دہلی نے شائع کیں۔
"پھر وہ آسمان کی طرف متوجہ ہوا۔ جو اس وقت دھواں تھا۔" کتاب 'قرآنی آیات اور سائنسی حقائق' ڈاکٹر بلوک نور بانی۔
اس آیت سے عیاں ہے کہ قرآن اور سائنس دونوں کے مطابق یہ کائنات پہلے موجودہ صورت میں نہیں تھی۔ جب کائنات نہیں تھی تو خدائے تعالیٰ کے لئے عرش کو ایک کائنات کا تابع بنانا خدا کی قدرت کو کم کرنے کے مترادف ہے۔

جب ڈاکٹر عبدالحمید الزبدانی نے یہ آیت نوکیلی رد صدامہ کے ڈاکٹر کٹر پروفسر یو شودی کو سان کو سنائی تو موصوف حیرت زدہ ہو کر بولے۔ "میں قرآن میں علم ہیئت کے جدید حقائق پا کر نہایت ہی متاثر ہوں۔"

ڈاکٹر الزبدانی شاہ عبدالعزیز یونیورسٹی جدہ میں معلم اور رابطہ عالم اسلامی کی کمیٹی برائے سائنسی اعجاز اور قرآن و سنت کے ڈاکٹر کٹر رہے ہیں۔ ادارے کے مقاصد قرآن اور سنت کی روشنی میں سائنسی تحقیق کے لئے ضابطے بنانا اور کائنات سے متعلق سائنسی تحقیق کے لئے محققوں اور سائنسدانوں کی ایک نسل تیار کرنا ہے۔ اس ضمن میں رابطہ عالم اسلامی کے اہتمام سے سعودی عرب اور دوسرے ملکوں میں کانفرنسیں منعقد ہوتی ہیں۔ جن میں سرکردہ غیر مسلم سائنس دانوں کو مدعو کیا جاتا ہے اور قرآن اور سنت کی روشنی میں کائنات اور سائنسی انکشافات پر تبادلہ خیال ہوتا ہے۔ ادارہ نے مذکورہ کتاب کی فلم بندی بھی کی ہے اور اس میں چودہ سرکردہ غیر مسلم سائنس دانوں کے تاثرات ہیں۔ فرانس کے سائنسدان موریس بوکائے نے جنین سے متعلق قرآنی انکشاف سے متاثر ہو کر اسلام قبول کیا تھا۔ اپنی کتاب "The Quran and Modern Science" میں مذکورہ آیت کو رد کر رہا ہے۔ ترجمہ کیا ہے۔



مکتوب نگار کا کہنا ہے کہ یہ تاریکی بادلوں کی وجہ سے ہو گی۔ جب کہ محققوں اور سائنسدانوں نے گہرے سمندر میں گھپ اندھیرا ہونے کے قرآنی انکشاف پر حیرت اور مسرت کا اظہار کیا ہے۔ کتاب ہذا کے صفحہ 95 سے 101 میں اس پر بصیرت افروز روشنی ڈالی گئی ہے اور تو اور بحری جیولوجی کے ایک ماہر پروفیسر ڈور جہاؤ نے قرآن کی حقانیت کو تسلیم کیا ہے۔

حکیم عل الرحمن صاحب نے ڈاکٹر عبدالحمید الذندانی کی بیان کردہ اس حدیث کو بھی کسی ثبوت اور دلیل کے بغیر غلط قرار دیا ہے کہ ”آخری گھڑی (قیامت) جب تک نہیں آئے گی۔ جب تک عرب کی سر زمین دوبارہ چراگا ہوں اور بھرے پرے دریاؤں کا دیش بنے گی۔“ لفظ ”دوبارہ“ اس بات کی عکاسی کرتا ہے کہ اس حدیث کی رو سے ماضی میں کبھی عرب کی سر زمین شاداب ہو گی۔ اگر یہ حدیث غلط یا ضعیف ہے، تو حکیم صاحب کو کسی عالم یارادی کا حوالہ دینا چاہئے تھا۔

لیکن مکتوب نگار نے لکھ ہے کہ عرب کی سر زمین کبھی بھی سرسبز باغیچوں سے بھری ہوئی نہیں تھی۔ اور اسے حضرت ابراہیم کے دور سے وابستہ کیا ہے۔ حضرت ابراہیم کو بعثت ہوئے صرف چھ ہزار سال ہوئے ہیں جب کہ سائنسی شواہد کے مطابق یہ زمانہ برف تھا، جب عرب کی سر زمین شاداب تھی۔ آج سر زمین عرب میں تیل کا جو ذخیرہ پایا جاتا ہے۔ وہ اس دور کے نباتات کی دین ہے۔ جب سر زمین عرب کے بحر و بر میں آبی اور جنگلی جانوروں کی بہتات تھی۔

میدان عرفات کے دس لاکھ بیڑوں سے سر زمین عرب کی شادابی نہیں کہی جاسکتی ہے۔ جزیرۃ العرب کا رقبہ وسیع ہے۔ صرف سعودی عرب کا رقبہ ہندستان سے بڑا ہے۔

اے جن انسان تم سلطان کے بغیر نہیں نکل سکتے، اور چاند سے متعلق قرآنی آیات کی جو تاویل پیش کی گئی

”والسما ذات الرجیع“ کا ترجمہ ڈاکٹر بلوک نور پانی کی کتاب ’قرآنی آیات اور سائنسی حقائق‘ سے لیا گیا ہے۔ موصوف نے اس کا رد ترجمہ ’مستم‘ ہے بنے بڑھتے چلنے والے آسمان کی، اور ’عمل و رد عمل‘ والے آسمان کی کیا ہے۔ اس کا ترجمہ سید محمد فیروز شاہ نے کیا ہے۔ ڈاکٹر بلوک ترکی سے تعلق رکھتے ہیں۔ ان کی اس مشہور کتاب کا کئی زبانوں میں ترجمہ ہوا ہے۔ اور اردو دنیا میں انڈین اسلامک بک فاؤنڈیشن، نئی دہلی نے شائع کیا ہے۔ اگر ترجمہ بالکل غلط ہو تا تو شاید اسے اب تک حذف کیا گیا ہوتا۔

یہ اور بھی ملحوظ رہے کہ ضرورت کے وقت قرآن مجید میں انداز بدل کر ایک ایک بات کو دہرایا گیا ہے اور ہر موقع پر کسی ضروری پہلو کو زیادہ ابھارا گیا ہے۔

”اللہ نے ہر جاندار کو پانی سے پیدا کیا۔“ (انبیاء۔ 30) کی آیت کو مکتوب نگار نے مادہ منویہ سے تعبیر کیا ہے اور کسی مفسر کا حوالہ نہیں دیا ہے۔ میں نے جن مفسرین کی تفسیر پڑھی۔ ان سب نے اس کی مراد پانی سے لی ہے۔ پانی چاہے دریا میں ہو یا نالے میں پانی ہو۔ لیکن سمندر پانی کا مخزن ہے۔ اس لئے اس ضمن میں سمندر کے پانی کا ذکر کیا گیا ہے۔

موصوف نے اختتام کائنات سے متعلق سائنس اور قرآن مجید میں ایک حد فاصل قائم کی ہے۔ میں ان باریکیوں میں پڑنا نہیں چاہتا۔ لیکن سائنس جب یہ کہتا ہے کہ ایک دن سورج کی توانائی ختم ہو جائے گی۔ کشش ثقل کام نہیں کرے گی تو زمین کا کیا حشر ہوگا۔ قرآن کی تاویل کی روشنی میں سائنس کی توجہ کو خارج از امکان قرار نہیں دیا جاسکتا۔

پٹرول، آکسیجن اور پہاڑوں کے بڑھنے سے متعلق جن آیات کا میں نے حوالہ دیا ہے۔ وہ ڈاکٹر نور پانی ہو لک کی کتاب کی دین ہیں۔ اس کا فیصلہ قارئین ہی کر سکتے ہیں۔

قرآن کی سورہ 24 (النور) کی آیت 40 میں گہرے سمندر کی گہری تاریکی کا جو ذکر ہے اور جو تاویل کی گئی ہے۔ میرے دماغ کی انج نہیں ہے۔ یہ This is The Truth سے ماخوذ کیا ہے۔



اس سلسلے میں ایک حدیث کا بھی ذکر کیا گیا ہے۔ "آدمہم کما دمکم وبینہم کبینکم" اس کا حوالہ قرآن نمبر حصہ پنجم میں صفحہ 55 پر "دوسرے سیاروں میں مخلوق" کے ذیلی عنوان سے ادارہ کی طرف سے دیا گیا ہے۔ علامہ اقبال نے اسے ایک شعر میں یوں پیش کیا ہے۔

ہر کچا ہنگامہ عالم بود

رحمۃ اللعالمینہ ہم بود

سائنس جب پکار پکار کر کہتا ہے کہ کائنات میں ہماری دنیا جیسے سیارے ہیں اور ان میں مخلوقات ہو سکتی ہیں۔ تو قرآن کی ان نص آجوں کو غلط رنگ میں پیش کرنے کا جواز غلط ہے۔

'سورہ شوریٰ' کے ترجمہ میں لفظ 'پراگندہ' کے استعمال پر حکیم صاحب نے اعتراض کیا ہے۔ مجھے بھی یہ لفظ کھٹکا۔ تاہم مترجم کے استعمال کئے ہوئے اس لفظ کو میں نے نہیں بدلا۔ لغت میں پراگندہ کے معانی منتشر، حیران اور پریشان بھی دئے گئے ہیں۔ مترجم نے انہی معنوں میں لئے ہوں گے۔

علماء نے لکھا ہے۔ قرآن سائنس کی کتاب نہیں ہے۔ علم و حکمت کا سرچشمہ ہے۔ قدرت کے سربستہ رازوں کو جاننے کا نسخہ کیا ہے۔ لیکن اسے سائنس کی تمام ایجادات اور اختراعات سے مطابقت پیدا کر نیکی کو شش نہ کریں۔ تمام علوم کی انسائیکلو پیڈیا ثابت کرنے کا جتن نہ کریں۔ میں نے اپنے مقالہ کے اختتام پر اسی حقیقت کو اجاگر کیا ہے لیکن اکثر علماء کے نزدیک کائنات سے متعلق قرآنی انکشافات اور حقائق سے آنکھیں موند لینا بھی غلط ہے۔ اس کے لئے ضروری ہے کہ ذہن کھلا رکھیں اور کسی مخصوص انداز فکر میں محبوس ہو کر نہ رہ جائیں۔ اجتماعی اور منظم طور سے مکہ معظمہ میں قائم اسلامی ادارہ مسلم ورلڈ لیگ یہی کردار ادا کر رہا ہے۔ ادارے نے قرآنی دریافتوں سے تطبیق کرنے کے لیے خاص ضابطہ بنائے ہیں تاکہ انفرادی طور سے کوئی غلطی نہ کرے۔

ہے۔ وہ قرآن نمبر حصہ سوم صفحہ 153 میں چھپی ایک خاتون عالمہ امت الکریمہ بیگم اطلق آمنہ کی تائید ہے۔ محترمہ کے دلائل بڑے وزن دار ہیں۔ قرآن نمبر کی مجلس ادارت میں کئی علماء تھے۔ اس لئے میں نے اس کا اپنے مقالہ میں ذکر کیا ہے۔ اس کے علاوہ نو مسلم عالم اور سائنس دان موریس بوکائے نے بھی اپنی دونوں کتابوں 'قرآن، بائبل اور سائنس' اور 'دی قرآن اینڈ موڈرن سائنس' میں 'اے جن وانسان تم سلطان کے بغیر نہیں نکل سکتے' آیت کی یہی تائید کی ہے۔

حکیم صاحب نے چاند سے متعلق سورہ نمبر کی غلطی کی نشان دہی کی ہے۔ یہ درست ہے کہ یہ سورہ 84 ہے، 82 نہیں ہے۔ میں نے اپنے مضمون کے مسودہ کی نقل دیکھی۔ میں نے 84 لکھا ہے۔ یہاں کاتب سے غلطی ہوئی ہے۔ مدیر سائنس مسودہ دیکھ کر اس کی تصدیق کر سکتے ہیں۔

سورہ ابراہیم (14) کے حوالہ سے انہوں نے لکھا ہے کہ آیت نمبر 81 تحریر کی گئی ہے۔ جب کہ اس سورہ میں کل 52 آیات ہیں۔ یہاں حکیم صاحب سے غلطی ہوئی ہے اور کاتب نے بھی پارہ نمبر نہیں لکھا ہے۔ میں نے واضح طور پر پارہ 14 لکھا تھا۔ یہ آیت پارہ 14، سورہ النحل کی 81 ویں آیت ہے۔ جب کہ سورہ ابراہیم تیرہویں پارہ میں ہے۔ سورہ النحل میں کل 128 آیات ہیں۔ حکیم صاحب نے سورہ ابراہیم کی آیت 50 کا ترجمہ دیا ہے۔ دونوں آیات میں سرائیل کا ذکر ہے۔

میں نے کئی علماء کے حوالے سے اپنے مقالے میں لکھا تھا کہ قرآن نے ایک سے زیادہ مرتبہ سیاروں پر مخلوقات کے وجود کی نوید دی ہے۔ مکتوب نگار نے لکھا ہے۔ اس کا کوئی قرآنی حوالہ نہیں دیا گیا ہے۔ میں نے اس قرآنی آیت کا حوالہ دیا تھا۔ 'اللہ چاہے تو تمہیں (یعنی ہماری زمین کی مخلوق) مٹا کر کوئی دوسری

1۔ مدیر اس غلطی کے لئے معذرت خواہ ہے۔



آنکھوں میں پیوند کاری

میں غذا ایت، وٹامن کی کمی اور بد احتیاطی کے سبب بھی آنکھوں کی بیماریاں عام ہیں۔ غیر ترقی یافتہ اور ترقی پذیر ملکوں میں اس طرح کی بیماریوں کا بہتات ہے۔

اس سے پہلے کہ ہم آنکھوں میں پیوند کاری، بجیہ گری اور خیاطی کے اسباب اور عمل کو سمجھیں آنکھوں کی بناوٹ کو ذہن میں رکھتے چلیں تاکہ اللہ تبارک و تعالیٰ جو بڑا قادر مطلق ہے اس کی منافی کا شکر ادا کر سکیں۔

شکل نمبر 1 میں آنکھوں کے مختلف حصے واضح ہیں۔ ہماری آنکھ میں قرنیہ کو بڑی اہمیت ہے۔ قرنیہ (Cornea) جسے گھڑی کے شیشے کی مماثلت حاصل ہے۔ ایک شفاف حصہ ہے اور باہر فضا سے آنے والی روشنی سب سے پہلے اسی حصے سے ٹکراتی ہے۔ یہ اگر اجازت دے تو شعاعیں یا کرنیں اس سے اندر داخل ہو کر آبی مادہ (Aqueous Humour) پھر مردک (Pupil)، عدسہ (Lens) اور جیلی جیسے مادے (Vitreous) سے ہو کر پردہ چشم یعنی Retina کے حساس نقطہ Macula تک پہنچتی ہے اور پردے کی دس جہوں سے گزر کر عکس یا شبیہ مختلف اعصابی راہوں سے ہو کر دماغ کے مخصوص حصے Visual Cortex میں پہنچتی ہے تاکہ ہم پھر اسے پہچان سکیں۔ بے حد عجیبہ ہے یہ سارا نظام!!

اب اگر قرنیہ جو سب سے آگے ہے شفاف نہ ہو تو بات ہی آگے نہ بڑھے۔ لہذا اس کی شفافیت لازم ہے۔ مختلف بیماریوں اور چوٹ کے سبب اس کی شفافیت جاتی رہتی ہے اور پھر انسان بینائی کھو بیٹھتا ہے۔

قرنیہ جسم میں یکساں طرح بھی ہے کہ اس کو غذا ایت ہمارے خون سے نہیں پہنچتی بلکہ باہر کی طرف آنسو (Tears)

جسم کے مختلف اعضاء کی ایک انسان سے دوسرے انسان میں پیوند کاری آج کے ترقی یافتہ دور میں ایک عام بات ہے جسے ہم طبی زبان میں ٹرانسپلانٹ (Transplant) کے نام سے جانتے ہیں۔ جسم میں اس کا بہترین نمونہ آنکھ کے شیشے نما قرنیہ (Cornea) کا پیوند اور پھر اس میں بجیہ سب سے آسان عمل سمجھا جاتا ہے۔ اس میں شک نہیں کہ اس عمل میں نہایت مشاقی درکار ہے۔ بجیہ گری بھی ہو اور دوسرے کو پتہ نہ لگے اسی میں سارا راز پنہاں ہے۔

ہمارے اچھے خامے گرم کپڑوں کو کیزے چاٹ جاتے ہیں تو ہم مشاقی رفوگر کے یہاں جاتے ہیں اور وہ اپنا سارا فن استعمال کر کے ہمارے گرم کپڑوں کا عجیب چھاپا ڈالتا ہے۔ کچھ ایسی ہی مشاقی آنکھ کے شفاف حصے قرنیہ پر سفید دھبے یا اس کے دھندلے پن کو دور کرنے کے لیے کی جاتی ہے۔ جس طرح گھڑی کے شیشے پر اگر داغ آجاتا ہے یا شیشے چٹخ جاتا ہے تو گھڑی کا ڈائل نظر نہیں آتا اور ہم وقت معلوم نہیں کر سکتے۔ اسی طرح قرنیہ پر دھبے، داغ اور اس کی شفافیت ختم ہو جانے سے آنکھوں میں کسی شے کا عکس پردہ چشم پر نہیں پہنچ پاتا اور وہ چیز دکھائی نہیں دیتی۔ اگر وہ حصہ تبدیل کر کے شفاف قرنیہ لگادیا جائے تو دوبارہ روشنی پردہ چشم پر منعکس ہونے لگے گی اور پھر وہاں سے دماغ کے انتہائی اہم مرکز پر پہنچ کر اس چیز کی پہچان ہمیں دے گی۔

دنیا میں اندھے پن کی مجموعی تعداد 40 ملین بتائی جاتی ہے جس میں تقریباً ایک چوتھائی صرف قرنیہ کی بیماری یا اس سے پیدا ہونے والے دھندلے پن کے سبب ہے۔ قرنیہ کی بیماری عام طور پر صفائی سہرائی، صحت مند ماحول کے فقدان کی وجہ سے ہے، غذا

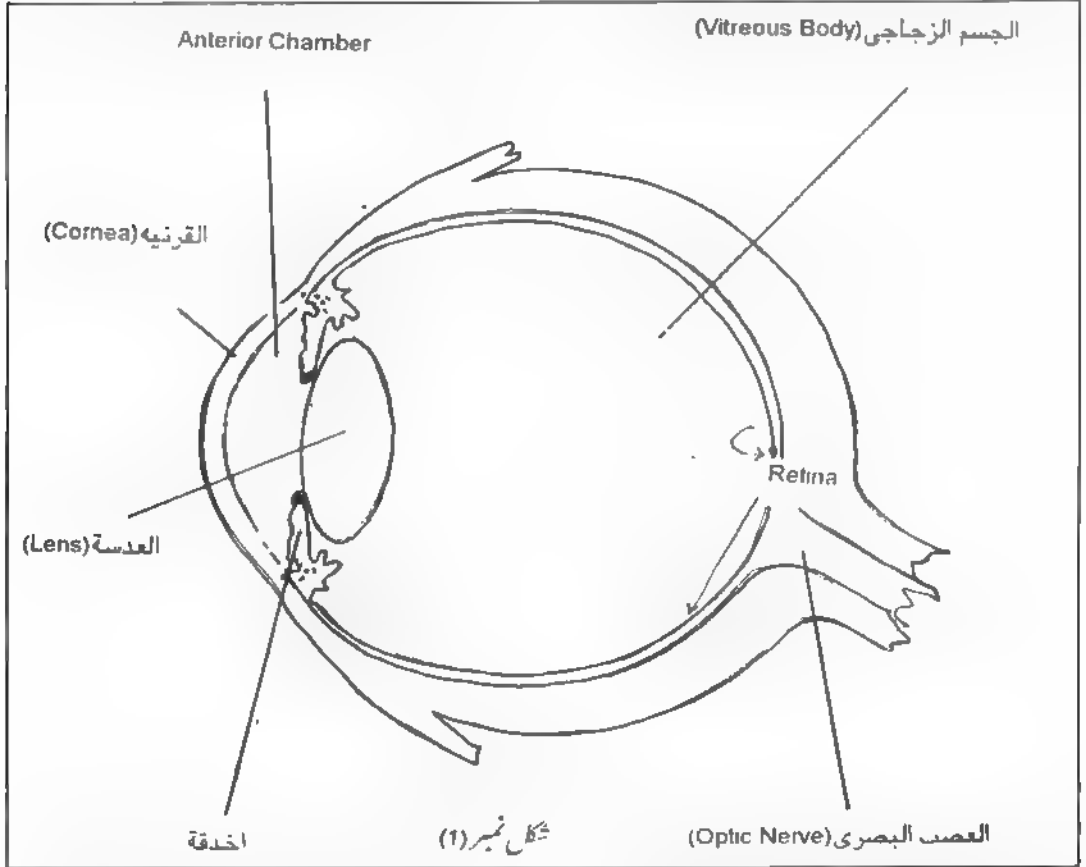


ڈانچسٹ

حکل نمبر 2 میں قرنیہ کی پانچ جہیں اور ان کی موٹائی دکھائی گئی ہے۔ معمولی سی خراش یا کھر دھج میں سب سے باہری سطح (Epithelium) اثر انداز ہوتی ہے اور اس کا علاج بھی بے حد آسان ہے۔ کوئی بھی اینٹی بائیوٹک آنکھوں کا مرہم آنکھوں میں لگا کر 24 سے 48 گھنٹے پنی باندھ دیں۔ یہ سطح دوبارہ پیدا ہو جائے گی اور زخم بھر جائے گا۔ Epithelium سے خلی سطح میں چوٹ یا بیماری کی

اور آکسیجن سے اور اس کی پچھلی سطح پر موجود Aquous ہے۔ اور یہی دونوں آبی مادے اس کی شفافیت کے ضامن ہیں۔

قرنیہ اٹنے شیشے کی مانند آنکھ کے گولے پر آگے کی طرف واقع ہے اس کا قطر اوسط 12 ملی میٹر ہوتا ہے گھڑی کے کنارے کی



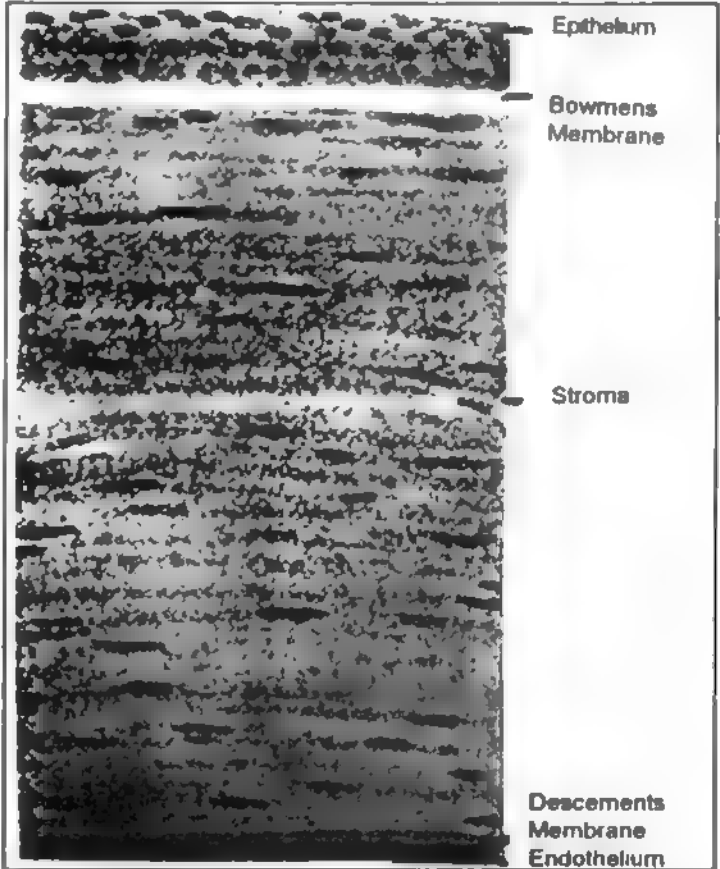
وجہ سے دھندلا پن آسکتا ہے۔ اور دھبہ رہ بھی سکتا ہے۔ اگر زخم گہرا نہ ہو تو پاکا دھبہ ہوتا ہے جسے ”حاب“ یا Nebula کہتے ہیں اور ذرا مزید گہرا ہو تو دھبہ ”بقعہ“ یا Macula کہلاتا ہے۔ زخم یا چوٹ شدید اور ایک عرصہ تک قرنیہ بیمار رہا تو دھبہ کافی گہرا ہوتا ہے

موٹائی 0.8 ملی میٹر اور پچھ کی موٹائی 5.5 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس باریک سی پرت کی بھی پانچ جہیں (Layers) ہوتی ہیں اور یہ جہیں دھندلا پن کی شدت اور پھر اس کے علاج کا فیصلہ کرنے میں معاون ہوتی ہیں۔



اور بینائی پر کامل اثر انداز ہوتا ہے۔ اس وجہ کو ”کوکب“ یا Leucoma کہتے ہیں۔

سحابہ، جھہ یا کوکب جیسے دھبوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے پوندکاری کے علاوہ کوئی دوسرا راستہ نہیں۔ یہ دھبے بصارت تو کم کر ہی دیتے ہیں اس کے علاوہ بد نما بھی لگتے ہیں اور اگر زیادہ دنوں تک یہ دھبے بنے رہے تو نظر میں کمی کی وجہ سے بینکاپن آجاتا ہے جو خود ایک عیب مانا جاتا ہے۔



وسائل کے ساتھ ہوتی رہی ہے۔ اگر فن جراحی کی تاریخ کے اور بق کو پیش تو ان بیماریوں کے علاج کا سراغ سب سے پہلے مصر میں ملتا ہے۔ قریب کی بیماریاں مصر میں زندہ قدم سے ہوئی رہی ہیں اور تقریباً 1500 سال قبل مسیح سے اس کا پتہ ملتا ہے۔ اس زمانے میں جب کسی کو ایسے دھبے رو جاتے تو سیاہ راکھ اس کے زخموں پر ٹھس دی جاتی تھی تاکہ زخم بھی ٹھیک ہو جائے اور دیکھنے والے کو آنکھوں کے بیچ طبی سیاہی دکھے۔ 200 بعد مسیح قدیم اہل روم کا پر سلفیت (Copper Sulfate) کے کپاؤ استعمال کرنے لگے۔ آج بھی دور دراز علاقوں میں جہاں قریب کی پوندکاری ممکن نہیں Tatooing ہی ہوتی ہے۔ فرانسیسی انقلاب کے دوران 1798 میں رنگائی کے علاوہ بصارت کو برقرار رکھنے کی فکر ہوئی تو شیشہ Crystal استعمال کیا جانے لگا جو شاید دنیا کا پہلا Keratoprosthesis مانا جاتا ہے۔ چھ مریضوں پر یہ تجربہ ناکام رہا چونکہ شیشے کچھ دنوں میں زخم سے نکل کر گر جاتے تھے۔ چارلس ڈالون جو اس وقت کا بڑا مشہور ماہر امراض چشم تھا، اس نے 1798 میں دھبے کو تراش کر نکالنے اور اس کی جگہ سلامت قریب کی پیوند کاری کی بات کی تھی۔ اور 1835 میں اسی فکر کو لے کر سیویل مگر نے ایک پاتوہرن پر تجربہ بھی کر ڈالا اور مشورہ دیا کہ انسان میں سوئی آنکھ کا قریب لگایا جائے تو بہتر ہوگا۔ Kissam صاحب نے امریکہ میں 1838 میں یہ تجربہ کر بھی ڈالا

یہ بیماریاں یا اس سے پیدا ہونے والے اثرات جدید دور کے نہیں بلکہ صدیوں اور قرون سے ہوتے رہے ہیں۔ اور اس کے تدارک کی فکر اور تدبیر بھی ہر دور میں محدود ذرائع اور محدود



کاری، آج کے دور میں 90 فیصد کامیاب آپریشن کی ضامن ہے۔
تحقیق و تجربات سے گزرنے کے بعد آج کے دور میں دو قسم کی پیوندکاری مروج ہے

1- سطحی قرنیہ کی پیوندکاری (Lamellar Keratoplasty)

2- کامل قرنیہ کی پیوندکاری (Perforating Keratoplasty)

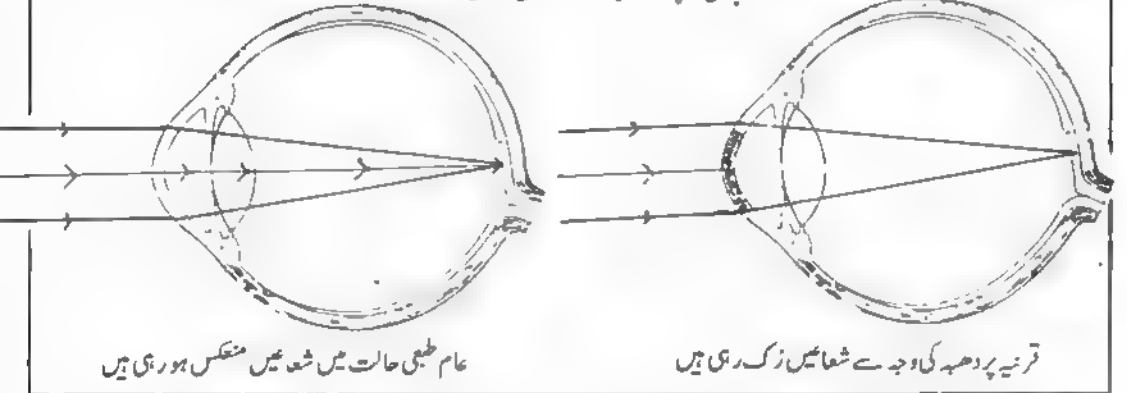
سطحی پیوندکاری کے تین اسباب یاد رکھیں۔

— اگر قرنیہ کی باہری 1/3 سطح بیماری کی وجہ سے دھندلی ہو جائے یعنی سحابہ یا قلعہ کی کیفیت ہو۔

مگر افسوس کہ وہ قرنیہ بھی دھندلا ہو گیا۔

انیسویں صدی کے اواخر میں میڈیکل سائنس میں انقلاب آیا اور بیہوش کرنے کا تصور، جسم کے اعضاء کو بے حس کرنے کے طریقے اور دوائیں، اینٹی بائیوٹکس، اینٹی سپٹک محلول کا تعارف ہوتا گیا جس سے تحقیق اور تجربات کی راہیں ہموار ہوتی گئیں۔

دھبے کی وجہ سے بصارت میں خلل



عام طبعی حالت میں شعاعیں منعکس ہو رہی ہیں

قرنیہ پر دھبہ کی وجہ سے شعاعیں رگڑ رہی ہیں

— قرنیہ کے کنارے کی سطح بار بار ناخن سے، چوٹ سے یا اور کسی بیماری سے ہارک اور کمزور ہو جائے۔

— قرنیہ میں کہیں بھی سطح کمزور ہو جانے پر سطحی پیوندکاری کی جاتی ہے۔

کامل پیوندکاری کے چار اسباب یاد رکھیں:

— بصری (Optical) بصارت میں افزائش کے لیے۔

— حفاظتی (Tectonic) بیماری یا چوٹ کی وجہ سے قرنیہ کی شبیہ بگڑ جائے تو اس کی حفاظت کے لیے۔

— معالجبی (Therapeutic) اگر ضد و اڑس اور ضد جراثیم دوائیں کارگر نہ ہوں اور قرنیہ کے وجود کو خطرہ ہو تو پیوند کاری لازم ہو جاتی ہے۔

Arthur Von Hippel نے چارلس ڈارون کے خیالات اور مشورے کے پیش نظر پہلا سطحی پیوند (Lamellar Keratoplasty) کر کے اس فن کو نئی راہ بخشی۔ 1906 میں چیکو سلاواکیہ کے قصبہ میں Zrim نے گیارہ سال کے ایک بچے کا قرنیہ جو اس کی آنکھ نکالنے کے بعد بیکار تھا، ایک 44 سالہ مرد کی آنکھ، جو چوٹ سے زخمی ہو گئی تھی اور سفید تھی، پر لگادیا۔ جس سے دوبارہ روشنی حاصل ہو گئی اور شاید یہ پہلا کامیاب آپریشن ثابت ہوا۔ تب سے پیوندکاری اور بچہ گیری نے ایک سمت پالی۔

ہارک سے ہارک تربیہ کے دھاگوں، سونیوں کو پکڑنے کے چمے اور دوسرے لوازمات کی ایجاد، میکرو اسکوپ کی مدد سے آپریشن اور قرنیہ کو محفوظ رکھنے کے طریقوں نے قرنیہ کی پیوند



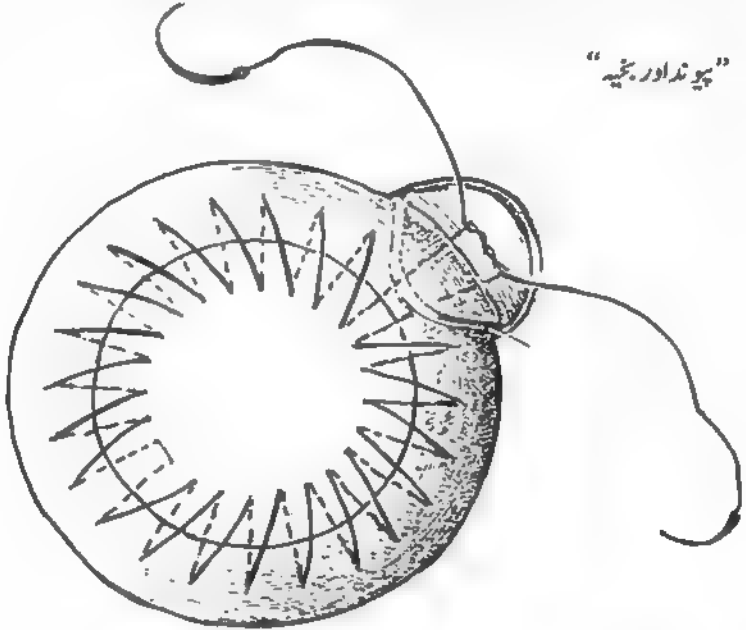
ڈاکٹر جسٹ

— جمہلی (Cosmetic): قرنیہ پر بد نما سفید دھبے کو دور کرنے کے لیے اور افزائش حسن کے لیے بھی کیا جاسکتا ہے لیکن عام طور پر یہ مروج نہیں۔

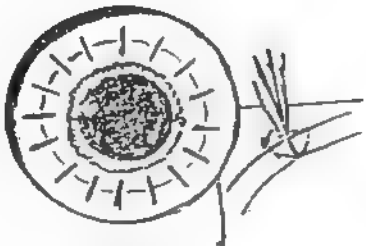
کامل قنیتش لازم ہو جاتی ہے۔
قرنیہ کی پیوند کاری کے پہلے اس آنکھ کی باریکی سے جانچ، کسی بھی بیماری کی غیر موجودگی کا اطمینان ضروری ہوتا ہے خصوصاً

اگرچہ قرنیہ کی پیوند کاری دشوار عمل نہیں مگر اس سے قبل جانچ پڑتال، اچھا نتیجہ حاصل کرنے کے لیے لازم امر ہے۔ قرنیہ کا حصول اور حصول کے بعد بروقت استعمال اور کامیابی کے لیے

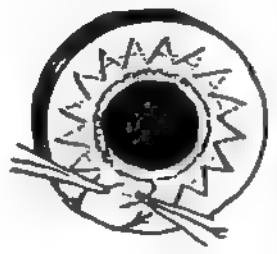
”پیوند اور بجیہ“



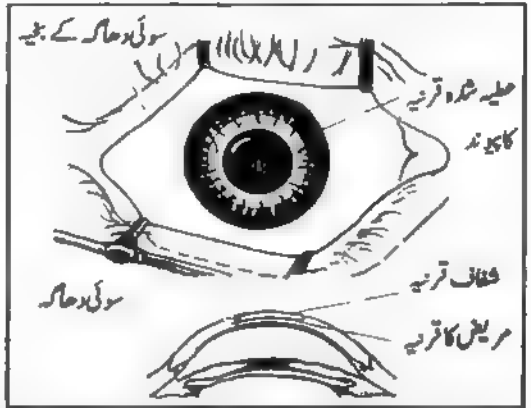
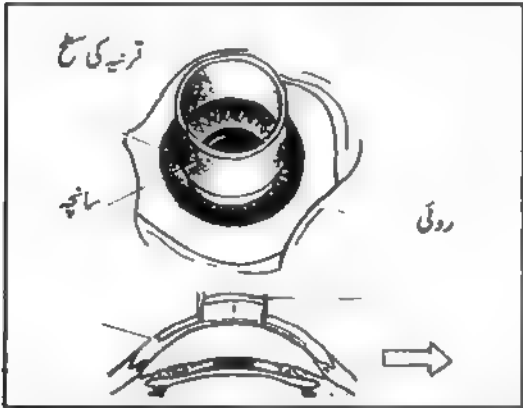
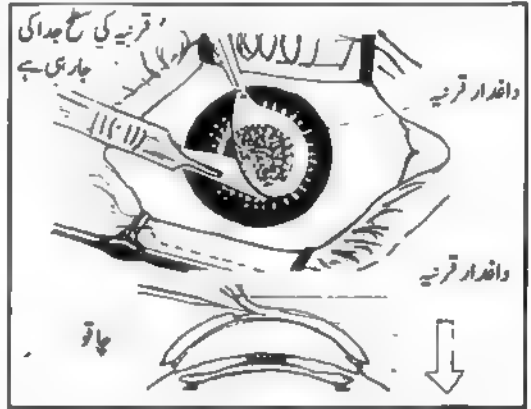
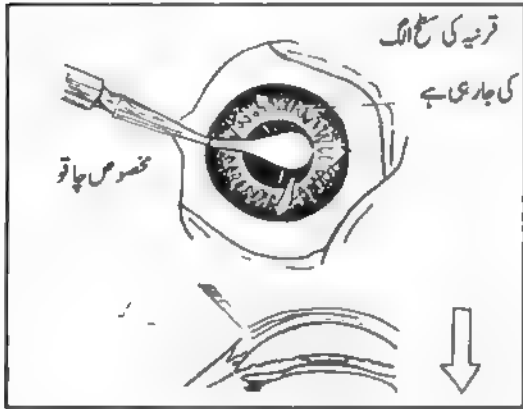
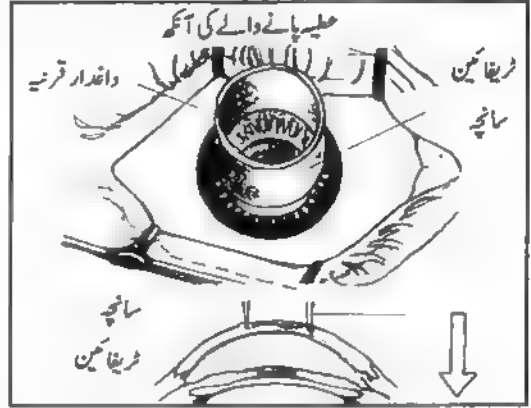
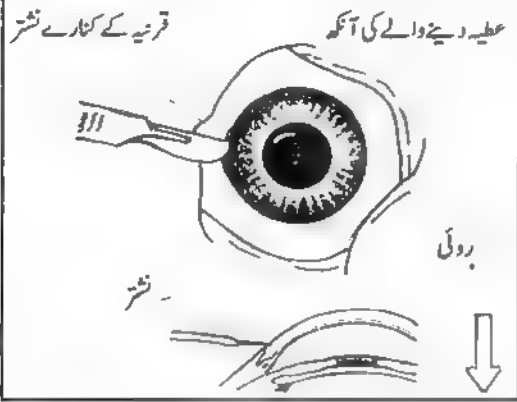
پیوند شدہ قرنیہ بجیہ کے ساتھ



بجیہ خلل کے ساتھ
(Interrupted)



مستطیل بجیہ کا نمونہ
(Continuous)





ذائقہ

ممکن ہے ماہرین فن کے لیے بیوند کاری کا آپریشن آسان ہو مگر حقیقت یہ ہے کہ پورا عمل نہایت سنجیدہ۔ کائی تیاری والا طویل، صبر آزما آپریشن ہے۔ چونکہ ایک طرف تو عطیہ شدہ قرنیہ کی بے حد پیچیدہ چھان بین دوسری طرف عطیہ پانے والے کے متعلق تفصیلی معلومات، جانچ پڑتال، آپریشن کی تیاری صحیح ناپ، سانچوں (Trepphine) کا باقاعدگی سے استعمال اور قرنیہ کی نہایت مشاقی سے تراش اور پھر مائیکرو اسکوپ کی مدد سے دیدہ ریز بنیہ مری اور خیاطی، وہ بھی آپریشن کے درمیان فیصلہ کرنا پڑتا ہے کہ بنیہ مسلسل (Continuous) دیا جائے یا خلل کے ساتھ (Interrupted) مزید برآں مریض و طبیب کا آپریشن کے بعد صبر آزما وقت۔ اسے آپ آسان آپریشن کہہ لیں مگر بے وقت طلب، اگر کامیابی حاصل ہو تو یہ ایک بڑا اثرہ ہے۔ "ایک نایابا کو دوبارہ جیتائی۔"

- قرنیہ کی بیماریوں کی تفصیل اور اس بات کا اطمینان کہ چھ ماہ سے کوئی بیماری نہیں تھی۔
- جلد یا پلکوں میں کوئی بیماری نہ ہو۔
- قرنیہ ایک حساس حصہ ہے اس کی حس (Sensation) کا اطمینان۔
- قرنیہ پر آنسو کی جملی (Tear Film) کی واضح موجودگی کا اطمینان۔
- داخلی جسامت بیماریوں کی عدم موجودگی کا اطمینان جیسے ڈیپٹیس چونکہ ایسے مریضوں میں زخم قدرے دیر سے مندمل ہوتا ہے۔

آپریشن سے قبل مریضوں کو آپریشن اور اس کے بعد کے نتیجوں سے واقف کرا دیا جاتا ہے۔ مگرچہ کمسن اور نوجوان مریضوں میں نتیجہ خاطر خواہ حاصل ہوتا ہے مگر نوجوانوں میں قرنیہ کی ایک خاص بیماری قرنیہ مخروطیہ (Keratoconus) ہوتی ہے (جس میں قرنیہ بجائے گھڑی کے شیشے کے، قیف نما ہو جاتا ہے) اور اس کا واحد علاج قرنیہ کا پیوند ہے۔ عام طور پر اس مرض میں کامیابی ملتی ہے مگر کتنی کامیابی یہ کہنا مشکل ہوتا ہے۔ اسی طرح سن رسیدہ اشخاص میں قرنیہ بالکل کمزور ہو جاتا ہے وہاں بھی کامیابی کتنی ہوگی پیشین گوئی مشکل ہے۔ اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ قرنیہ کے آپریشن کے ساتھ ساتھ اچانک دوسرے آپریشن کی بھی ضرورت پڑ جائے اس لیے مریضوں کی آلودگی اور اجازت ضروری ہوتی ہے۔

کسی بھی حال میں یہ کہنا کہ صد فی صد آپریشن کامیاب ہوگا غیر ممکن ہے چونکہ آپریشن کا انحصار خود مریض کے جسم کی بناوٹ پر ہے۔ مین ممکن ہے کہ مریض کا جسم اور اس کے Tissue کسی غیر کے جسم کا Tissue قبول ہی نہ کریں جسے Rejection کہتے ہیں۔

جس طرح عطیہ قبول کرنے والے کی جانچ اور پرکھ ہوتی ہے، عطیہ دہندہ کے قرنیہ کی جانچ اور اس کے ماضی میں امراض اور علاج کی چھان بین بھی کر لی جاتی ہے۔



آن لائن لٹیرے اور قانون کی بے بسی

کہیں یہ بھیجیں میں رہبر کے راہزن تو نہیں
یہ ڈر ہمیشہ مجھے راہ نہ خطر میں رہا

راستوں میں لٹ جانا سفر کے ساتھ لگا ہوا ہے۔ راہزنوں سے سابقہ مسافروں کا مقدر ہے۔ راہ پر خطر کو راہزنوں سے بچانے کے انتظامات میں صدیوں سے اضافہ ہوتا رہا ہے پھر بھی مسافر لٹتے رہے ہیں۔ مگر سفر جاری رہا ہے۔ لونا، چوری، ڈکیتی اور ٹھگ لینا کچھ طبقوں کا کاروبار بھی رہا ہے۔ ہندو سماج میں آج بھی ٹھگ وڈیا بڑے ہنر کا وہ چہرہ رکھتا ہے۔ بنارس کے ٹھگ اس "علم کو" نسل در نسل منتقل کرتے آئے ہیں۔ یہ ذہین لوگ کبھے جاتے ہیں کہ اچھے خاصوں کو بے وقوف بنا کر مال لے اڑنا ذہانت کا کام ہے۔

اب تک مسافر رستوں، سڑکوں، چوراہوں، گلیوں اور چوراہوں پر لٹتے آئے ہیں۔ اب لٹیرے کی ذہانت جدید رنگ اختیار کر گئی ہے۔ اب جن راستوں پر لٹنے اور لوٹنے کا چلن ہے وہ نظر نہ آنے والے دور استے ہیں جن کو انٹرنیٹ کی اصطلاح میں آن لائن (On-line) کہا جاتا ہے۔ یہ لٹیرے بڑی خطرناک یلغار رکھتے ہیں۔ اپنے بند کمروں میں بیٹھ کر یہ ہزاروں میل دور تک مار کرتے ہیں۔ ہر آنے جانے والی قیمتی معلومات پر ڈاک ڈالنا ان کا شیوہ ہے۔ حکومتوں، اداروں، ملٹری کے خفیہ رازوں، بینکوں اور مالی اداروں تک ان کی رسائی ممکن ہے۔ یہ مال و متاع، عزت و نام و ناموس سب لوٹ لیتے ہیں۔

یہ آپ کے بینک اکاؤنٹ سے نقدی لے اڑیں گے آپ کا سرمایہ من چاہے اکاؤنٹ میں پہنچا دیں گے۔ اپنی غیر قانونی یلغار سے یہ کسی بھی کمپنی، شخص یا حکومت کے الیکٹرانک سسٹم میں داخل ہو کر اسے تباہ کر دیں گے یا خفیہ معلومات اڑالیں گے یا سسٹم

کو اپنی مرضی کے مطابق تبدیل کر دیں گے یا خراب کر دیں گے۔ اپنی مرضی کا وائرس پھیلا کر یہ آپ کے کمپیوٹر کو بھرج کر دیتے ہیں۔ ای میل یا FTP پر وگرام میں جو وائرس ہوتے ہیں وہ جن جن پروگراموں تک بھی پہنچتے ہیں ان کے اندر ایک (Mathematical Analog) یا ریاضیاتی تشبیہ کے ذریعے پروگرام سے پروگرام اور کمپیوٹر سے کمپیوٹر تک پھیل جاتے ہیں۔ ایسا کیوں ہوتا ہے؟ اس عمل کو 1940 میں (Self Replicating Mathematical Auto Mate) کا نام دیا گیا تھا۔ آج دنیا بھر میں لاکھوں ڈائلر مالک وائرس ختم کرنے والے آلات اور سہولتوں پر خرچ ہوتا ہے PC کے ساتھ جڑ جانے والے دس ہزار سے زیادہ وائرس کا اب تک تم ہو چکا ہے اور بے جا پروگراموں سے پیدا ہونے والے 8 وائرس روزانہ وجود میں آتے رہتے ہیں۔ ان وائرسوں کی تین قسمیں ہیں ایک وہ جو کمپیوٹر کی فائلوں کو تباہ کر دیتے ہیں دوسرے وہ جو بلیٹ سکر کے وائرس کہلاتے ہیں۔ اور تیسرے Macro (طویل) وائرس پکارتے جاتے ہیں۔

ہندوستان آئی ٹی ایکٹ 2000 کے تحت ادارہ وائرس پیدا کرنے والے پر غائب ہو جانے کے بعد دو لاکھ روپیہ تک جرمانہ یا تین سال قید کی سزا مقرر ہوئی ہے۔

آن لائن لٹیرے مال و متاع تو لوٹتے ہی ہیں، نام و ناموس کو بند لگانا بھی ان کا شیوہ ہے۔ کسی شخص کے خلاف بدنام کرنے والا مواد تحریر یا آواز اور تصویروں کی شکل میں ظاہر ذرائع سے یا اشاراتی طور پر پھیلا جاسکتا ہے اور نیٹ پر مشہور کیا جاسکتا ہے۔ اس قسم کی کردار کشی کی روک تھام کے لیے ابھی کوئی قانون نہیں بنایا ہے۔ ایسے حالات میں مشکل یہ ہے کہ کس کو ڈم دار مانا



عمل میں کمپیوٹر کی مقناطیسی شیپ اور اس کی ہارڈ ڈسک وغیرہ کا استعمال ہوتا ہے۔ اب سرانغ رساں کے لیے یہ ثابت کرنا کافی ہے کہ لٹیرے کے پاس موجود کمپیوٹر یا کون سے ISP کے ذریعہ یہ دخل اندازی ہوتی ہے۔ اب اگر لٹیرے کمپیوٹر کو ثابت کرنا مشکل ہو تو سرانغ رساں ISP پر زور دے گا اور اسی کو ذمہ دار ٹھہرائے گا۔ آن لائن لٹیروں کی قسمیں Hackers کے نام سے جانی جاتی ہیں۔

یہ لٹیرے کئی طرح کے ہوتے ہیں۔ ایک قسم Code Hackers کی ہے جو کسی بھی کمپیوٹر سسٹم سے جو چاہیں معلوم کر سکتے ہیں اور اس سسٹم کو اپنی مرضی کے مطابق چلنے پر مجبور کر سکتے ہیں۔ دوسری قسم Crackers کی ہے۔ سسٹم کو ٹوڑنا دینا، توڑ دینا اور اس کے تحفظاتی نظام کو ناکارہ بنانا ان کا روز کا مشغلہ ہے۔ تیسری قسم Cyber Punks کی ہے جو Cryptography کے ماہر ہیں۔ یہ وہ طریقہ ہے جس میں ایک پیغام Encrypt کر کے ریاضیاتی تمثیل کی ایسی شکل میں بدل جاتا ہے جو عام آدمی کی سمجھ میں نہیں آسکتا۔ ان کے اپنے کھیل ہیں۔ چوتھی قسم میں Freakers آتے ہیں جو انٹرنیٹ اور ماس کمیونیکیشن (Mass Communication) کی زبردست معلومات اور مہارت رکھتے ہیں۔

یہ تمام لٹیرے علم کی دولت سے مالا مال ہیں اور اپنی فنی مہارت کے بل بوتے بڑے سے بڑے محفوظ نظام کے خفیہ تحفظات کو سمجھ لیتے ہیں اور اس نظام کے مالکان کی راتوں کی نیند حرام کر دیتے ہیں۔ عام طور پر خفیہ معلومات Physical Storage Media یا ہارڈ ڈیسک پر ہوتی ہیں۔ اور (Hard Drive) ہارڈ ڈرائیو پر کام کرتی ہیں یا پھر یادداشت (Memory) میں پڑی ہوتی ہیں اور یہاں سے چھوٹے چھوٹے پیکٹوں کی شکل میں میٹ درک کے اندر ایک جگہ سے دوسری جگہ سفر کرتی ہوتی ہیں یا تو کہیں سے آرہی ہوتی ہیں یا کہیں جا رہی ہوتی ہیں۔ آنے اور جانے کی دونوں صورتیں لٹیروں کے لیے تادیر موقع فراہم کرتی ہیں۔

جائے۔ کیا یہ ISP چلانے والے کی ذمہ داری ہو سکتی ہے؟ کہ وہ کردار کشی سے بھرپور مواد اپنے میٹ پر نہ آنے دے اور اگر آجائے تو وہ کس طرح ثابت کرے کہ اس کے علم کے بغیر یہ مواد انٹرنیٹ پر آگیا؟

کاپی رائٹ کی خلاف ورزیاں غیر قانونیت کا علیحدہ عنوان ہیں۔ سافٹ ویئر اور ہارڈ ویئر کی چوری عام ہے۔ IPC ایک غیر قانونی حربہ بن جاتا ہے جب کسی اور کی ملکیت سے معلومات کو غیر قانونی طور پر مہیا کر کے محفوظ کر لیا جائے۔ جاسوسی، مشاورت، سازش، ساز باز اور حفاظت و سلامتی سے متعلق مروجہ غیر قانونی طریقے میٹ پر بھی جاری ہو سکتے ہیں۔ ابھی کسی نے سپاری دے کر قتل کرانے اور ڈرانے و حکمانے کی سہولتوں کا دیب سائٹ کھولا ہے۔ ایک امکان یہ ہے کہ کاپی رائٹ کی خلاف ورزی بغیر بھرمناہ ارادے اور مزید بھرمناہ استعمال کے لیے سرزد ہو گئی ہو۔ دوسرا امکان یہ بھی ہے کہ یہ حرکت بھرمناہ ذہن اور مکمل ارادے سے کی گئی ہو۔

ایسی صورت میں کئی طرح کی قانونی مشکلات ہیں۔ پہلی اہم بات تو یہ کہ قانون پرانے ہیں اور نئی صورت حال جدید قانون سازی کی تقاضی ہے۔ نئے قانون بنانے کی ضرورت ہے مثلاً انڈین میٹل کوڈ 1860 کا بنا ہوا ہے اور اس میں کمپیوٹر کی تعریف تک موجود نہیں ہے۔ دوسرا اہم پہلو یہ ہے کہ انٹرنیٹ پر ہونے کی غیر قانونیت کسی ایک ملک کی جغرافیائی حدود کی پابندی نہیں۔ ایک ملک میں قانون بنے بھی تو وہ اپنے ملک سے باہر لاگو کیسے ہو۔ جرم کا اطلاق دو عناصر پر ہوتا ہے۔ ایک عنصر عمل کا ہے جس کے تحت انسانی عادات، حالات اور طریقہ کا احاطہ ہوتا ہے اور دوسرا عنصر انسانی احاطہ کا ہے جس میں شر پسندی، ارادہ اور نیت کا ہے۔ پہلے عنصر یعنی عمل کا معلوم کرنا آسان ہے مگر اسے ثابت کرنا مشکل ہے۔ اس کی مثال یوں ہے کہ کوئی لٹیرا کسی شخص کا پاس ورڈ چرا کر کسی کمپنی کے خاص سرور (Server) میں Log In کرتا ہے اس کے گاہکوں کی فہرست یا خفیہ مالی حالت کی معلومات کر لیتا ہے۔ اس



تلاش کرتی ہیں اور اس کے لئے کثیر سرمایہ خرچ کرتی ہیں۔

عریانیت کو روکنے میں قانونی مشکلات بھی ہیں۔ سب سے بڑا مسئلہ تو یہ ہے کہ اقوام عالم میں اخلاقی قدریں بڑی مختلف ہیں۔ فحش اور عریاں کا تصور متعدد ملکوں، قوموں، ایک ہی قوم کے مختلف طبقوں، کم عمر اور بزرگوں میں کچھ سے کچھ ہوتا رہتا ہے۔

انڈین سینٹرل کوڈ دفعہ 292 کے تحت کوئی تحریر، کتاب پمفلٹ یا کاغذ اس وقت فحش تصور کی جائیگی جبکہ شہوت انگیز، فحش اور ہولناک مقاصد کو پورا کرے یا اس کا مقصد اس شخص کو جو اسے دیکھے یا پڑھے یا سنے بد چلن بنانا یا بگاڑنا ہو یا تحریک اخلاق کا خنثا ہو۔

کمپیوٹر اس مواد کو بڑی تیز رفتاری سے پھیلاتا ہے، تصویریں، فلمیں، آوازیں اور نغمات ریکارڈ کئے جاسکتے ہیں، چھوٹے اور بڑے پیمانے پر تقسیم کئے جاسکتے ہیں اور خصوصاً بچوں کے لئے پریشان کن صورت حال پیدا کرنے کے لئے کافی ہیں۔ انڈین سینٹرل کوڈ دفعہ 67 کے تحت ثابت ہونے پر فحش و عریانیت پھیلانے کے جرم میں 5 سال تک کی قید اور ایک لاکھ تک جرمانہ اور دوبارہ ثابت ہونے پر دس سال کی قید اور دو لاکھ تک جرمانہ ہو سکتا ہے۔

خلوت پر یلغار، ہذا تیات میں دخل اندازی اور خفیہ معاملات و رازداری کے تقاضوں کی خلاف ورزی بھی ان لئیروں کا شعار ہے۔ دفعہ 72 کے تحت وہ شخص جو کسی دستاویز، الیکٹرانک ریکارڈ، رجسٹر یا خط و کتابت اور معلومات کو اس کے مالک کی مرضی اور اجازت کے بغیر کسی دوسرے پر ظاہر کرے وہ دو سال کی قید اور ایک لاکھ روپے تک جرمانے کا مستحق ہے۔

جذبات بھڑکانے والا مواد اور نفرت پھیلانے والا طریقہ بھی قانون کی گرفت میں آتا ہے اور آن لائن لئیرے عوام الناس کا سکون و اطمینان لوٹنے کا سامان بڑی سرعت اور ازداری سے انٹرنیٹ پر کر سکتے ہیں۔ نفرت انگیز سازشوں کا تانا بانا خاصی رازداری سے انٹرنیٹ پر بنایا جاسکتا ہے۔

سب سے پہلے جرمنی میں نفرت پھیلانے کے خلاف قانون بناتھا۔ یہ ہٹلر کے نفرت انگیز بیان تھے جو دوسری جنگ عظیم

خیال رہے کہ انٹر نیٹ کا سب سے پہلا استعمال روسیو کلبائی حملہ سے بچاؤ کے لیے ہوا تھا۔ ایسے کہ کسی خبر کو کنگزوں میں بکھیر دیا جائے اس طرح کہ ہر کنگز اپنے مفہوم میں غیر واضح ہو مگر ضرورت پڑنے پر یہ کنگز سے پھر یکجا کئے جاسکیں۔

یہ چھوٹے پیکٹ Encrypt نہیں ہوتے ہر کوئی جو ان کو حاصل کر لے پراسس (Process) کر کے ان کو سمجھ سکتا ہے۔ ہر نیٹ ورک کا پروٹوکال خود ان پیکٹوں کی شناخت کا پتہ دے سکتا ہے۔ ان کے انفرادی نام بھی ظاہر ہی ہوتے ہیں جس کی وجہ سے کوئی کمپیوٹر یہ پہچان کر تا ہے کہ فلاں پیکٹ اس کے لیے ہے یا نہیں ہے۔ نیٹ ورک پروٹوکال کے پتے TCP/IP پر عام طور پر مشتمل کئے جاتے ہیں۔ لئیرے اس پتوں سے اپنی مرضی کے استعمال کے تو ذریعہ دریافت کر لیتے ہیں۔ اکثر لوگ ایک ہی پاس ورڈ مختلف جگہوں جیسے بینک، انٹرنیٹ ای میل وغیرہ میں استعمال کرتے ہیں تاکہ پاس ورڈ بھول جانے کا خطرہ کم رہے۔ لئیرے اس قسم کی انسانی نفسیات سے کما حقہ واقف ہوتے ہیں اور اس کا فائدہ اٹھاتے ہیں۔ انٹرنیٹ پر دھوکہ دہی سے وہ معلومات حاصل کرنا جو کسی کی ذاتی یا خفیہ ملکیت ہے انسانی بنیادی حقوق کی خلاف ورزی ہے۔

انٹرنیٹ پر بوگس کاروباری اور سرمایہ کاری کے اشتہار دیگر لوگوں کو الوہانا اور ان کو بڑی آمدنی کے خواب دکھا کر پیسے لے اڑنا بھی ایک کاروبار ان ہی لئیروں کا ہے۔

عریانیت سے بھر پور لٹریچر فلمیں، تصویریں زعمہ سیکس سے بھر پور مناظر کی تشہیر اور نو عمر بچوں تک اس مواد کی رسائی بھی انہی لئیروں کے کام ہیں۔ یہ کاروبار اس قدر منافع بخش ہے اور اس کے شیدائی اتنی بڑی تعداد میں ہیں کہ تمام جدید اور ایڈوانس ٹیکنالوجی کا استعمال سب سے پہلے اسی میدان میں ہوتا ہے۔ نئے نئے ترجیحات اور کاروباری ریسرچ اور ڈیولپمنٹ کی رفتار اس انڈسٹری میں اتنی تیز اور درست ہے کہ تمام "باعزت کمپنیاں اور ادارے اپنے ترقیاتی لاگت عمل انہی شاہراہوں پر



ڈائجسٹ

ہے۔ الیکٹرک میڈیا نے کاغذ کا استعمال ختم کر دیا ہے۔ اس میڈیا کو روزمرہ دفتری کارروائی کے لائق بنانے کے لئے دستی تحریر، بقلیم خود دستخط شدہ خط و کتابت کا تصور الیکٹرک شکل میں لاگو کرنا ہو گا۔ دستی تحریر توثیق شدہ دلیل ہوتی ہے۔ کاغذ پر دستخط دیانت داری، ذمہ داری، صحیح شناخت، قانونی قبولیت اور تعزیریاتی تائید کی سند ہوتے ہیں۔ بنا کاغذ کے یہ سند کیوں کر ہو گی۔

UN بلال 1998 کے تحت UN نے اس قانون سازی کی ضرورت، مقصد اور غایت کی مثال پیش کی ہے جس کی راہ نمائی میں تمام ممالک اپنی مخصوص ضروریات کا لحاظ رکھتے ہوئے اپنے قانونی ہدف اور تعزیرات تیار کر سکتے ہیں۔ ہندوستان نے آئی کی ایکٹ 2000 کی شکل میں قانون سازی کی ابتداء کی ہے جو الیکٹرک میڈیا میں کام آنے والی تکنیکی اصطلاحات کو قانونی تصدیق اور منظور دینے کا عمل ہے۔ مزید قانون سازی ہوتی رہنی چاہئے۔ پاکستان اور سعودی عرب میں بھی قانون کا اعلان ہوا ہے۔

برپا کر گئے۔ اس قانون کے تحت وہ زبان جو انسانی شرف کو سماج میں بھروح کرے قانونی گرفت میں آتی ہے۔ زبان جو عوام کے گردہ کو کسی خاص طبقہ یا قوم کے خلاف بھڑکانے کے لئے استعمال کیا جائے۔ نفرت انگیزی کی نشان دہی کرنا، روکنا، اس سے محفوظ کرنا، قانونی چارہ جوئی کرنا اور سزا دلانا قانون کی ذمہ داری ہے۔

ہابری مسجد کا سانحہ اور اس کے نتیجہ میں بمبئی کے بم دھماکے اور یوپی و بہار میں جان لیوا فسادات، مسلمانوں اور عیسائیوں پر حملے اسی نفرت انگیزی کی بدولت ہوئے ہیں۔

الیکٹرک میڈیا کے ذریعہ ہونے والے جرائم کا امکان، جعل سازی کا احتمال دستاویزات میں تحریف اور خورد برد ہونے کا ڈر بہت ہے۔ عربائیت اور نفرت انگیزی کا روکنا ضروری ہے۔ ان جرائم کا شکار ہو جانے والوں کے نقصان کی طعانی علیحدہ مسئلہ ہے۔ ملک کے اندر اور باہر کے مجرموں کی سرزنش کرنے اور سزا دلانے کے لئے نئی قانون سازی کی ضرورت ہے۔

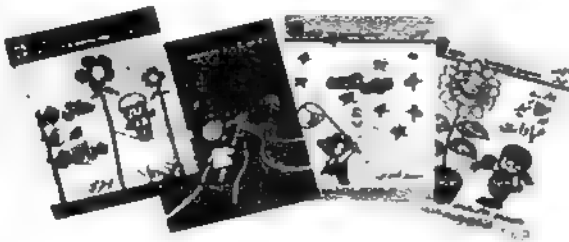
نیا قانون بنانے میں ایک سوال ثبوت اور شہادت کا بھی

کامکمل اور منضبط
اسلامی تعلیم نصاب

اقراء



اب اردو میں پیش خدمت ہے



جسے اقراء انجیو کیشنل فاؤنڈیشن، (امریکہ) نے گزشتہ پچیس برسوں میں تیار کیا ہے، جس میں اسلامی تعلیم بھی بچوں کے لیے کھیل کی طری دیسپ اور خوشگوار بن جاتی ہے۔ یہ نصاب جدید انداز میں بچوں کی عمرائیت اور محدود ذخیرہ الفاظ کی رعایت کرتے ہوئے اس تکنیک پر بنایا گیا ہے جس پر آج امریکہ اور یورپ میں تعلیم دی جاتی ہے۔ قرآن، حدیث و سیرت طیبہ، عقائد و فقہ، اخلاقیات

کی تعلیمات پر مبنی یہ کتابیں دوسرے زائد ماہرین تعلیم و نفسیات نے ملاء کی نگرانی میں لکھی ہیں۔

دیدہ ذہب کتب کو حاصل کرنے کے لیے یا اسکولوں میں رائج کرنے کے لیے رابطہ قائم فرمائیں:

IQRA' EDUCATION FOUNDATION

A-2, Firdaus Apt., 24, Veer Saverkar Marg
(Cadel Road), Mahim (West), Mumbai-18.
Tel: (022) 4440494 Fax: (022) 4440572
e-mail: iqraindia@hotmail.com





”ماحول“ اور ہماری ذمہ داری

- قدرت نے ماحول کو سنورا جس میں زمین، پانی اور سبھی جاندار اور پتھر پودے ہیں۔ قدرت نے کمزور کو عقل اور مضبوط کو طاقت دی۔ انسان نے قدرت کا استحصال اپنی عقل کے حساب سے کیا۔ ماحول بھی بدلا لے رہا ہے۔ انسان کے بھی عقل ہے وہ روز سے نئے طریقے تلاش کر رہا ہے۔
- ماحولیات پر پچھلے دس سالوں میں بہت بات ہو چکی ہے۔ اب کچھ تنقید کی بڑھی ہے مگر ابھی بھی ضرورت کے اعتبار سے نہیں۔
- ہم کیا کر چکے ہیں؟
- سمندر کو اونچے اونچے پہاڑوں میں بدل چکے ہیں۔ ہمالیہ تو بہت نیا ہے۔
- پہاڑوں کی برف پگھلا چکے۔ گرین ہاؤس تہذیبی لاپچھے۔
- ندیوں کو سکھا چکے۔ پانی کو سمندر میں پہنچا چکے اور بونس کی شکل میں زمین کی مٹی بھی۔
- زمین سے بہت پانی جو کہ بیٹھا تھا۔ سمندر میں ملا کر کھاری کر چکے اور اب قریب 25 سالوں میں سمندر آٹھ انچ اونچا ہوتا جا رہا ہے۔ ہالینڈ کے ڈائیکوں کی اونچائی پچھلے 10 سالوں میں 2 میٹر بڑھائی گئی ہے۔ پانی کی سطح برابر نیچے جا رہی ہے۔
- 2050ء تک زمین کا درجہ حرارت تین ڈگری سیلسس بڑھ جائے گا۔ پانی کی شدید کمی ہوگی۔ 1990ء پچھلے 1000 سالوں میں سب سے گرم سال تھا۔
- گلوٹری گلیشیر کا گڑگڑانے کا راستہ قریب 18 میٹر ہر سال بڑھ رہا ہے۔ ہندوستان کے زیادہ تر گلیشیر 2035ء تک سوکھ چکے ہوں گے۔
- اب راجستھان میں پاڑھ آتی ہے اور میگھالیہ اور کیرل میں کم پانی برستا ہے۔
- کشمیر میں دس سالوں میں صرف 50,000 لوگ مرے مگر بھوپال میں صرف ایک گھنٹے میں 5000 لوگوں نے گیس کے لیک ہونے سے جان دی۔
- انڈونیشیا میں 1997ء میں جنگل کی آگ نے 10 لاکھ ہیکٹر زمین کو خیر کر دیا۔
- عراق اور کویت کی لڑائی میں لاکھوں ٹن مچھلیاں مر گئیں۔
- ایک مریخ منہ میں کیا بھجان پیدا کرتی ہے تو یہ اٹانک اور نیوکلیر لڑائیں کیا کریں گی؟ ابھی یو۔ این۔ او کا دفتر نیوکلیر کوڑا بھینکنے پر قانون ہی نہیں بنا سکا ہے۔
- بہت سے جنگل اب بنجر زمین ہیں۔ وہاں پانی بھی نہیں برستا۔
- کروڑوں قسم کے پتھر پودے۔ کپڑے کوڑے اور جانور اب ہوتے ہی نہیں۔
- سمندر بڑھ رہا ہے۔ زمین گھٹ رہی ہے گلوبل وارمنگ سے کتنے ہی اقسام کے پتھر پودے اور جانور ڈوب چکے۔
- آبادی ہے کہ بڑھتی ہی جا رہی ہے۔ اور ماحول کا استحصال اس سے بھی زیادہ رفتار سے ہو رہا ہے۔ شہروں کی آبادی پچھلے 50 سالوں میں 25 گنا سے بھی زیادہ بڑھی ہے۔ جبکہ گاؤں کی صرف 2.5 گنا ہی بڑھی ہے۔
- تیل، کوئلہ اور معدنیات کا ذخیرہ گھٹتا جا رہا ہے۔ اب یہ گئے ہوئے سالوں کے لیے ہی باقی ہے۔
- فیکٹریاں، سلفر ڈائی آکسائیڈ، کاربن ڈائی آکسائیڈ اور میتھین۔ سی ایف۔ سی وغیرہ سے رہی ہیں۔



ذائقہ

صرف دکھانے بھر کے ہیں۔ آئین کے حساب سے ہر شہری کا حق ہے کہ اسے صاف پانی اور صاف ہوا ملے۔ اسی لیے کسی بھی ہوٹل کے مینو کارڈ پر پانی کی قیمت نہیں لکھی ہوتی۔ ماحول کے قوانین نے کسی کو سزا دی ہی نہیں۔ ہم ترقی کر رہے ملکوں میں سے ہیں اور بہت کچھ مرمت اور سنبھالتے رہتے ہیں مگر ترقی یافتہ ملک ماحول کا اہتمام 80 فیصد کر رہے ہیں جبکہ ہم لوگ صرف 20 فیصد۔ یہ لڑائی رنگ، زبان، مذہب، جات پات، اونچ نیچ، امیری غریبی سے بہت بڑی ہے۔ ہم کو ماحول کو سنوارنا ہے یا کم اسے اور خراب ہونے سے بچانا ہے۔ جب بڑی مصیبت آتی ہے تو چھوٹی بھلا دی جاتی ہے۔ فی الحال یہ ہی سب سے بڑی لڑائی ہے اور ہماری سب سے بڑی ذمہ داری ہے۔

قدرت کیا کر رہی ہے

- بیڑاب بھی کار بن ڈالنی آسانیز لے کر آکسیجن دے رہے ہیں۔
- ہریالی کی بوند چاہے کتنی بھی گندی ہو بھاپ بن کر صاف پانی برساتی ہے۔
- سورن ایک میٹر لمبے اور ایک میٹر چوڑے حصے کو جتنی طاقت و گرمی دے رہا ہے وہ ایک آدمی کے لیے کافی ہے اور یہ گرمی اور طاقت دینا بڑھتا جا رہا ہے۔
- ٹوٹی اوزون کی پرت خود اپنے کو جوڑنے کی کوشش کرتی ہے

- اوزون کی پرت اب تپتی ہے اور اس میں بہت سے بڑے ملکوں کے برابر سوراخ ہیں۔ یٹھین کی عمر 12 سال ہے اور سی۔ ایف۔ سی تو مرقی ہی نہیں۔ اب کبھی برے سے گاپانی اور کبھی تیزاب۔

- کیمیائی کھاد اور کیڑوں کے مارنے والی دواؤں نے تو زمین کا ستیا ناس کیا ہے۔ ہاں کچھ دیا بھی ہے مگر جو لے لیا وہ بہت زیادہ ہے۔ ہم کو یہ نظر کیوں نہیں آتا؟ اب یہ پالی ٹھین بھی کیا کرے گی۔ یہ ہی بس قیامت لائے گی یہ بھی خراب ہوتی ہی نہیں۔

- بڑے شہروں میں کیمیائی کبرا ہمیشہ رہتا ہے۔ صاف ہوا کی کمی ہے۔ اس سال بارش کی کمی کی وجہ بھی یہ ہی سمجھی جا رہی ہے۔ ایک آدمی بغیر کھائے تین دن اور بغیر پانی کے تین دنوں تک رہ سکتا ہے مگر بغیر ہوا کے تین منٹ بھی نہیں۔

ہمارے ماحول کی ہوا روز پچھلے دن کی ہوا سے خراب ہوتی جا رہی ہے۔ سانس کی جلد کی اور کینسر کی بیماریاں اس کی علامتیں ہیں۔ پھر بھی سی این جی پر لڑائیاں ہو رہی ہیں۔

- شور بھی بہت بڑھا ہے۔ 50-60 ڈی بی مل کی جگہ 80-85 رہتا ہے۔ اس سے فینڈ کی کمی اور بہر اپن پیدا ہو رہا ہے۔

- اونچے اونچے ملٹی اسٹوری مکان بنا کر ہم ان میں رہنے والوں کو قریب 3 فیصد کم آکسیجن دے رہے ہیں اور دھوئیں کی سگریٹ برابر پارا رہے ہیں۔

ملک میں ماحول کو بچانے پر بہت سے قانون ہیں مگر یہ

WITH BEST COMPLIMENTS FROM:

UNICURE (INDIA) PVT.LTD.

MANUFACTURERS OF DRUGS & PHARMACEUTICALS UNDER WHO NORMS

C-22, SECTOR-3, NOIDA-201301

DISTT. GAUTAM BUDH NAGAR (U.P)

PHONE	:	011-8-4522965 011-8-4553334
FAX	:	011-8-4522062
e-mail	:	Unicure@ndf.vsnl.net.in



ڈائجسٹ

— چیزوں کو سنبھال کر رکھنا۔ ایک قیمت 3 سال، ایک جو 5 سال، ایک کوٹ 20 سال چلے اور ایک سائیکل اور کار پوری عمر کے لیے کافی ہو۔

— لڑائی روکیں، نیوکلیرری نہیں پارودوالی بھی۔
— ہر مذہب صفا کرتا ہے۔ چیزوں کی بربادی سے روکتا ہے۔
— مذہبی پیشواؤں سے مدد لیں۔ اسکوئی کتابوں میں سبق ہو۔
— ریڈیو، ٹی وی، اور دوسری طرح سے لوگوں کو بتائیں اور اس پر چلے بھی ہوں۔ اخباروں میں خبریں بھی۔
— اس کے علاوہ سب جو آپ بھی سوچتے ہیں۔
— ہم کو اور بھی کیا کرنا چاہئے۔

جو چیزیں مفت ملتی ہیں۔ ان سے پیار۔ سب سے قیمتی پیار ماں کا ہے۔ اور یہ مفت ہے۔ پیار کریں زمین سے۔ زمین کے گھوٹنے سے۔ صبح سے شام سے آسمان اور اس کے بدلاؤ سے، دھک سے۔ زمین کے لوگوں سے، چڑیوں اور جانوروں سے پھول سے پھول کی مہک سے، صاف پانی سے، سورج سے چاند سے، جھرنوں سے، ندیوں سے، پہاڑوں سے بیڑوں کی چھاؤں سے، آم سے آدمیوں سے، عقل سے، سچائی سے، ہندوستان سے ہندوستانیوں سے، اس طرح سے ہم لاکھوں سالوں تک اس زمین اور ماحول کو خوبصورت اور رہنے کے لائق پاتے رہیں گے۔

— اور جڑتی بھی ہے۔
— یہ بڑے بڑے سمندر طاقت کا ذخیرہ ہیں اور یہ طاقت دینے خود ہی چلے آتے ہیں۔
— یہ بدلتے موسم، ماحول کو اب بھی صاف کر رہے ہیں۔
— اس زمین کو ہم نے ملکوں میں بانٹا مگر ماحول نے نہیں بانٹا۔
— ہم کو کیا کرنا چاہئے
— سورج کی گرمی اور روشنی کا بھرپور استعمال۔ کار، ریڈیو، کھانا پکانے اور سب کاموں کے لیے۔

— پیڑ لگانا۔ تالاب بنانا۔ پانی کو زمین میں پہنچانا۔
— پانی، گرمی، بجلی، معدنیات، تیل، کا معقول اور کم استعمال۔
— آبادی کو بڑھنے سے روکنا۔ بھلے ہی سخت قانون بنانا پڑیں۔
— ماحول، پانی، جنگل، پیڑ پودوں، ہوا وغیرہ پر بنے قوانین پر عمل در آمد، ماحول خراب کرنے والوں کے خلاف ایف۔ آئی۔ آء کرنا شروع ہو اور مزادینا بھی۔
— سائیکل کا استعمال، واٹون (سواک) کپڑے کا تھیلہ، ریٹھا، بجی مٹی، کا استعمال اور جہاں بھی ممکن ہو باغ لگانا اور سبزی اگانا۔
— یونانی دواؤں اور آجیو ویدگی دواؤں کا استعمال کریں۔ پالی تصمین اور ری ایکشن والہ دواؤں سے ڈریں۔

لگن، کڑی محنت اور اعتماد کا ایک مکمل مرکب
دہلی آئیں تو اپنی تمام تر سفری خدمات ور ہائس کی پاکیزہ سہولت



عظمیٰ گلوبل سروسز و اعظمی ہوسٹل سے ہی حاصل کریں

اندر ون دیرون ملک ہوائی سفر، ویزہ، امیگریشن، تجارتی مشورے اور بہت کچھ۔ ایک چھت کے نیچے۔ وہ بھی دہلی کے دل جامع مسجد علاقہ میں

فون : 327 8923 فیکس : 371 2717
منزل : 328 3960 فون : 692 6333

198 گلی گڑھیہ جامع مسجد، دہلی-6



فاقہ جسمانی نظام کی اصلاح کا موثر ذریعہ

شروع ہو جاتا ہے۔

ڈاکٹر انفریڈ وگل نے تجویز کیا ہے کہ جسمانی نظام کی تطہیر کے دوران غیر مصفا چاول خوب کھایا جائے اس تطہیری پروگرام میں یہ شامل ہے کہ کسی کسی دن صرف پھلوں کا رس پیا جائے اور کچھ نہ کھایا جائے پھلوں کے رس میں ریشہ بہت کم ہوتا ہے جب معدہ میں ریشہ بہت کم پہنچے گا تو معدہ آنتوں کو اسے ہضم کرنے کے لیے کام بھی بہت کم کرنا ہوگا۔ مطلب یہ ہوا کہ اس نظام ہضم سے متعلق اعضاء کو آرام مل جائے گا۔ اس صورت میں یہ اعضاء اطمینان اور سوزش سے بچے رہیں گے۔

ماء الحیض یا توڑدہ پانی ہے جو ۱۰۰ھ کو جماتے وقت علاحدہ ہو جاتا ہے۔ یہ غذا بھی ہے اور اسے افزائش حسن و صحت کے لیے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ دودھ کی اس تلخٹ یا توڑدہ کی کہانی ہزاروں سال پرانی ہے اور اس کے حیرت انگیز فوائد سے متعلق بہت سی باتیں مشہور ہیں مثال کے طور پر قدمیوں میں ماء الحیض سے بھوک یا خوراک کم کرنے کا کام لیا جاتا تھا۔ بقرطانی نے اس سے اکثر مریضوں کا علاج کیا رومی شہنشاہ مارکس ذاتی طبیب ماء الحیض سے نفرس کے علاوہ آنتوں اور جگر گردے کی تکالیف کا علاج بھی کرتا تھا۔

ماء الحیض جلد خراب ہو جاتا ہے دوسرے اس کا ذائقہ اچھا نہیں ہوتا اس میں کیسین (Casein) نالی پروٹین ہوتا ہے جسے عمل تخمیر کے ذریعہ سے انگ کیا جاسکتا ہے۔ اور اس کے تمام معدنیات اور شفا بخش اجزاء نکل جاتے ہیں۔

جسمانی نظام تطہیر کے دوران تخمیر شدہ ماء الحیض کے استعمال سے بھوک میں کمی ہوتی ہے اور اس طرح فاقہ میں آسانی ہوتی ہے۔ (باقی صفحہ 48 پر)

ایک طبی ماہر کا کہنا ہے کہ فاقے میں اچھی صحت کا راز پوشیدہ ہے۔ اس ماہر نے اپنے تجربے کی بنیاد پر یہ نتیجہ اخذ کیا ہے کہ صحت کے بعض مسائل جن کی کوئی وجہ نہیں ہوتی اکثر فاقہ کرنے سے حل ہو جاتے ہیں۔

کمر یا پہلو کا درد یا مہرہ پشت کی تکلیف میں فاقہ سے ضرور افادہ ہوتا ہے۔ فاقہ سے ہمارے جسمانی نظام کو بعض ذہریلے مادوں سے چھٹکارا مل جاتا ہے مثلاً فاسفورس اور گندھک کا تیزاب یوریک ایسڈ۔ فاقے کے ذریعے سے جسمانی نظام کی جو صفائی یا تطہیر ہوتی ہے اس کے بارے میں ڈاکٹر انفریڈ وگل نے بتایا کہ یہ عمل آسان نہیں ہے اکثر بعض اعضاء میں درد ہونے لگتا ہے لیکن وقت کے ساتھ ساتھ یہ درد جاتا رہتا ہے اور مریض ہلکا محسوس کرتا ہے۔ اس میں ایک خوشگوار کیفیت پیدا ہو جاتی ہے جو جسم کے اندر کی کبرائی سے ابھرتی ہے۔ اس ماہر طبیب نے کہا کہ فاقے میں بھوک محسوس ضرور ہوتی ہے لیکن تنگ نہیں کرتی اور اسے برداشت کیا جاسکتا ہے۔

اپنی غذا کے بارے میں اپنے معالج سے مشورہ کرنا بہت اہم ہے۔ خصوصاً اس صورت میں جب کوئی شخص دل کی بیماریوں میں یا کسی کہنہ تعدیہ (Infection) مثلاً گردے یا پیشاب کی نالی کے تعدیہ میں مبتلا ہو۔

جسمانی نظام کی اس تطہیر کا مقصد جسم کے ریشے اور غلیوں کی صفائی ہے فاقے یا نیم فاقے کے بعد شعوری کوشش یہ ہوتی ہے کہ غیر مفید یا نقصان دہ غذائی اجزاء سے جسم کو پاک کر کے اس کی جگہ قدری اور صحت بخش غذا جسم میں پہنچائی جائے۔ پیشاب زیادہ ہو نو پروٹین رنشاستے اور چکنائی کی فاضل مقدار اس کے ساتھ جسم سے خارج ہو جاتی ہے اور جسم میں توانائی کا عمل از سر نو



اوزون سوراخ

اگست اور ستمبر کے دوران جب قطب جنوبی کے اوپر درجہ حرارت سب سے کم ہوتا ہے اس وقت اوزون گیس میں کمی (Depletion) ایک سالانہ مظہر ہے۔ اس طرح کی ٹھنڈی کیفیات میں پتلے پتلے بدل بن جاتے ہیں۔ ان بادلوں کے ذرات پر ہونے والے کیمیائی رد عمل کلورین اور برومین گیسوں کو اوزون گیس تیزی سے برباد کرنے میں مدد کرتے ہیں۔ ابتدائی اکتوبر تک درجہ حرارت امتیازی طور پر بڑھنے لگتا ہے۔ اور اوزون پرت پھر سے بحال ہونی شروع ہو جاتی ہے۔ اوزون سوراخ کے سائز اور مدت کا انحصار سال در سال فضائی کیفیات کی قدرتی تغیر پذیری پر ہے۔

آسٹریلیا میں واقع CSIRO کے ایک حالیہ مطالعے کے مطابق فضا میں اب کلورین پر مبنی کیمیائوں کی مقدار بھی گھٹ رہی ہے لہذا اوزون سوراخ آئندہ پچاس سالوں میں بند ہو جانا چاہئے۔ CSIRO کے ایک سائنسدان کا خیال ہے کہ حالانکہ اوزون پرت نے ابھی اپنی مرمت کرنی شروع نہیں کی تاہم اس بات کا امکان ہے کہ یہ سوراخ پانچ سال کے اندر بند ہونا شروع ہو جائے گا۔

حیاتیاتی تنوع پر انسانی اثر

ایک جدید الماس کے مطابق جیز پودوں کے تیزی سے ہمیشہ کے لیے تباہ ہونے کے نتیجے میں ہر دو سال میں ایک اہم دوا (Drug) کا نقصان ہو رہا ہے۔

اس سال پہلی اگست کو UNEP-WCMC

(United Nations Environment Program- World

اس سال انٹارکٹک کی فضاء میں اوزون سوراخ نہ صرف 2000ء اور 2001ء کے مقابلے چھوٹا نظر آیا بلکہ وہ چھوٹے چھوٹے دو سوراخوں میں تقسیم ہو گیا ہے۔ یہ سوراخ جو دراصل اوزون گیس کی پرت میں ایک ایسا علاقہ ہے جہاں پرت نارمل سے کم دیر ہے، اس سال ستمبر 2002ء میں 15.6 ملین مربع کلومیٹر ناپا گیا، یہ ناپ متواتر چھ سال تک دیکھے گئے 24 ملین مربع کلومیٹر کے پھیلاؤ سے بہت کم ہے۔

NASA اور NOAA کے سائنسدانوں کے مطابق اوزون سوراخ کے سائز میں کمی اور تقسیم کا باعث انسان کے ذریعہ اچھا ماحولیاتی انتظام نہیں بلکہ موسم ہے۔ ہر سال انٹارکٹیکا کے اوپر فضائی امیونو اسفیر پرت میں

قطبی دور (Polar Vortex) کے حاشیہ (Edge) کے گرد نارمل سے زیادہ گرم درجہ حرارت کا بننا اوزون گیس کے کم نقصان کے لیے ذمہ دار ہوتا ہے۔ کلورین اور برومین کے ساتھ ساتھ اوزون کے نقصان میں درجہ حرارت بھی ایک بنیادی عنصر (Key Factor) ہے۔ اوزون سوراخ کی تقسیم کا باعث یہ حقیقت ہے کہ اس سال جنوبی نصف کرے کی فضاء میں امیونو اسفیر پرت ہوا سے غیر معمولی طور پر مضطرب یا درہم برہم تھی۔

2001ء میں انٹارکٹیکا اوزون سوراخ اپنے سب سے بڑے سائز 26.5 ملین مربع کلومیٹر تک پہنچ گیا تھا جو امریکہ، کینیڈا اور میکسیکو کو شامل کر کے شمالی امریکہ کے پورے علاقے سے زیادہ بڑا تھا۔ 2000ء میں مختصر مدت کے لیے یہ 1,130 ملین مربع کلومیٹر کا ہو گیا۔ آخری مرتبہ اوزون سوراخ اس سال جتنا چھوٹا، 1988ء میں دیکھا گیا تھا اور اس وقت بھی اس کے چھوٹا ہونے کی وجہ گرم درجہ حرارت ہی تھا۔

ماحول

واج



ڈائجسٹ

امکانات ہیں کیونکہ ان علاقوں کا تقریباً 50 فیصد علاقہ زراعتی زمین، مزدوروں یا شجر زاروں (Plantation) اور شہری علاقوں میں تبدیل ہو چکا ہے۔

UNEP کے ایگزیکٹو ڈائریکٹر کلاؤس ٹوفر (Klaus Toepfer) کا خیال ہے کہ ترقی پذیر ممالک کو جہاں حیاتی تنوع کی بہتات ہے، معاشی محرک (Economic Incentive) دے کر اور ان بیڑ پودوں اور جانوروں کے لیے جن کے جین (Gene) ادویات یا فصلوں میں استعمال ہوتے ہیں ان کی موزوں قیمت ادا کر کے ہمیں جینی وسائل بانٹنے (Genetic Resource Sharing) کے مدد سے پروردگار کو شکر ادا کرنا چاہیے۔

اس اٹلس کی تصاویر انٹرنیٹ کی مندرجہ ذیل سائٹ سے لی جاسکتی ہیں۔

http://www.unep-wcmc.org/information_services/publications/biodiversityatlas/presspack/

Conservation Monitoring Center) نے ”حیاتی تنوع کی عالمی اٹلس ایکسویں صدی میں زمین کے جائدار وسائل“ (World Atlas of Biodiversity: Earth's Living Resources For The 21st Century) کے نام سے ایک پریس ریلیز (Press Release) جاری کیا جو دراصل نقشوں پر مبنی عالمی حیاتی تنوع کی پہلی جامع منظر کشی ہے اور جو واضح کرتی ہے کہ انسان کس طرح اپنی ہر ضرورت پوری کرنے کے لیے صحت مند ماحول (Ecosystems) پر انحصار کرتا ہے۔

UNEP کے ماہرین کے ایک اندازے کے مطابق دنیا کے گرم سیر خطے کے دو لاکھ پچاس ہزار (2,50,000) پودوں میں سے اب تک ایک فیصد سے بھی کم کو دوسازی میں مضر استعمال کے لیے چننا گیا ہے تاہم پھر بھی ترقی پذیر ممالک کے 80 فیصد لوگ علاج کے لیے بیڑ پودوں اور جانوروں سے حاصل کی گئی ادویات پر ہی انحصار کرتے ہیں۔ صرف امریکہ میں ہی تجویز شدہ ایک سو پچاس ادویات میں سے 56 فیصد کا تعلق جنگلات میں کی گئی دریافتوں سے ہے۔ انسان کے ہاتھوں قدرت میں ہوئی تبدیلیوں کا انکشاف یہ اٹلس اشکال کے ذریعہ (Graphically) کرتی ہے۔ اور یہ بھی دکھاتی ہے کہ چھپے 150 سالوں کے دوران انسان نے پوری دنیا کے 47 فیصد کے قریب زمینی خطے کو بالواسطہ طور پر اثر انداز کیا ہے۔ ایک غیر امید افزا خطے کے تحت 2032 تک دنیا کے تقریباً 72 فیصد زمینی خطے پر حیاتی تنوع خطرے میں ہو گا۔ حیاتی تنوع کا نقصان خاص طور سے شمال مشرقی ایشیا، کنگو کی وادی (Congo Basin) اور ایزون (Amazon) کے حصوں میں زیادہ شدید ہونے کے



کی نئی پیش کش

عطر ہاؤس

عطر 99 مشک عطر 99 مجموعہ عطر 99 جنت الفردوس نیز 99 مجموعہ عطر سلفی

کھوجائی و تاج مار کہ سرمہ و دیگر عطریات

ہول سیل ورٹیل میں خرید فرمائیں

مغلیہ بالوں کے لئے جڑی بوٹیوں سے تیار مہندی۔ ہر بل حنا اس میں کچھ ملانے کی ضرورت نہیں۔

مغلیہ چندن اشن جلد کو نکھار کر چہرے کو شاداب بناتا ہے۔

عطر ہاؤس 633 چٹلی قبر، جامع مسجد، پولی۔ 6

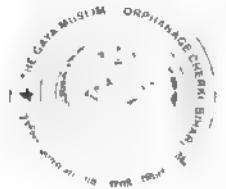
فون نمبر: 328 6237

فون نمبر تبدیل

ڈاکٹر محمد اسلم پرویز مدبر اعزازی ماہنامہ سائنس کی رہائش کا فون ر فیکس نمبر تبدیل ہو گیا ہے۔ نیا نمبر ہے:

2698 4366

یتیم خانہ اسلامیہ، گیا



ہمدردان یتیمی سے اپیل

بچوں کے لیے دینی و عصری علوم کی اپنے طرز کی مشہور اقامتی (Residential) تعلیم گاہ یتیم خانہ اسلامیہ، گیا، چرکی بہار، بنجال، جھارکھنڈ و اڑیسہ میں اپنے طرز کا واحد دینی و عصری علوم کا سنگم ہونے کی وجہ سے ممتاز اور مشہور ہے۔ اس کی تعلیم و تربیت اور خدمت پر ملک کے علمائے دین اور دانشوران ملت نے بھرپور اعتماد کا اظہار کیا ہے۔ یہ ادارہ اکتوبر 1917ء سے ہی صحیح اسلامی خطوط پر نئی نسل کی تعلیم و تربیت میں مصروف ہے۔

تعلیمی مراحل: ☆ ابتدائی ☆ ثانوی ☆ اعلیٰ ☆ شعبہ حفظ و جمہوریہ تعلیمی سال: جنوری تا دسمبر

☆ کل تعداد یتیم طلباء	125	☆ تعداد زیر تعلیم طلباء و طالبات	تقریباً 600
☆ تعداد غیر یتیم مستطیع طلباء	تقریباً 50	☆ تعداد اساتذہ و دیگر اسٹاف	35
☆ سالانہ خرچ: بارہ لاکھ روپے (Rs. 12 Lacs) سے زائد		☆ نذرانہ آمدنی: مسلم عوام کے چندے	

ادارہ ہذا کی خصوصیات : ☆ شعبہ حفظ اسلامی ماحول میں اسلامی تعلیم و تربیت ☆ بہترین نتائج کار کا رڈ اس سال بھی نتیجہ 100% رہا ☆ بہار بورڈ کے امتحان میں اردو اور عربی کو خصوصی اہمیت حاصل ☆ میٹرک (Matric) تک کی تعلیم ☆ اعلیٰ تعلیم یافتہ استاد ☆ معیاری لائبریری ☆ کھیل کود کا میدان ☆ اعلیٰ تعلیم کے لیے کالج، یونیورسٹی میں مالیت کے سال اول و دوم میں بہ آسانی داخلہ یادرکھیں! بہت جلد ایم۔ ایل۔ ٹی (M.L.T) کا کورس جن کشا سبھی میاں کی جانب سے شروع ہونے جا رہا ہے

اہل خیر و اہل ثروت حضرات سے اپیل: ایک یتیم طالب علم پر سالانہ سات ہزار (Rs. 7000/=) روپے صرف ہوتے ہیں۔ آپ بھی ایک یتیم بچے کا خرچ اٹھا کر کارِ ثواب میں شریک ہو سکتے ہیں۔ نصاب تعلیم اور نظام تعلیم و تربیت کی مقبولیت کی بناء پر بیشتر درخواستیں ہر سال آتی ہیں۔ ہر سال کی ہوشربا رقم کی وجہ سے ادارہ کی مالی دشواریوں میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ ہر سال داخلہ کے لیے امیدوار طلباء کی ایک بڑی تعداد کو مایوس واپس لوٹنا پڑتا ہے، جس کا انتظام کو سخت افسوس ہے۔ ادارہ آپ سے فراخ دلانہ مالی تعاون کی اپیل کرتا ہے۔

نوٹ: برہ کرام چیک اور ڈرافٹ پر حسب ذیل عبارت جلی حروف میں لکھیں۔

"THE GAYA MUSLIM ORPHANAGE"

برائے رابطہ: چیف و ڈرافٹ اور منی آرڈر وغیرہ بھیجنے کا پتہ:

SECRETARY, THE GAYA MUSLIM ORPHANAGE
CHERKI-824237, DISTT: GAYA(BIHAR) INDIA

Bank A/C No: 10581-U.B.I(GAYA BRANCH) Ph: 0631-73428

(ڈاکٹر) سید فراہت حسین (ڈاکٹر) قیوم انج۔ خان (ڈاکٹر) عید الصمد خاں (ایڈوکیٹ) (ایڈوکیٹ) عید الصمد خاں (ایڈوکیٹ) عید الصمد خاں



مسلم لڑکیوں کا یتیم خانہ، گیا

لڑکیوں کے جدید اور مکمل اسلامی تعلیم سے مزین قومی سطح کا معیاری رہائشی ادارہ

قوم کی بے سہارا یتیم بچیوں کے لیے اصحاب خیر اور اہل ثروت حضرات سے خصوصی اپیل

اسلامی بھائی اور بہن ہمارا فرض ہے کہ "قوم کی بے سہارا یتیم بچیوں کی خبر گیری کریں"۔ یتیم بچیاں ایسی ہیں جن کے باپ کا بے قدرتی یا طاعناتی موت کی وجہ سے بچپن میں ہی اٹھ چکا تھا اور وہ ان حضرات سے بھی بے سہارا ہو گئیں۔ آپ ہی لوگوں کے مالی تعاون سے انھیں اسلامی اور عصری علوم کی تعلیم اور (Nursery) نائٹرس (Matric) میٹرک اور (Vocational) تعلیم ثانوی و تالی و تالی پیشہنگ اور صنفی و غیرہ کی دی جاتی ہے۔ یہ ادارہ 21/ دسمبر 1986ء سے ہی صحیح اسلامی طریقہ پر یتیم و یتیمہ طلبات کی تعلیمی خدمات انجام دے رہا ہے۔ یہاں شعبہ حفظ بھی قائم ہے۔ یہاں کی ایک یتیمہ طلبہ سے درجہ (IX) میں چھپتے چھپتے عصری تعلیم کے ساتھ ساتھ حفظ عمل کر لیا ہے اور دوسری طلبات بھی درجہ کی عصری تعلیم کے ساتھ حفظ کر رہی ہیں۔ یہاں سے میٹرک پاس کرنے کے بعد طلبات کو جدید عصری علوم کے کالوں اور عربی جامعات میں بے مالی عائلت کے سالانہ دوسم میں داخلہ مل جاتا ہے۔ ہر سال اس سال بھی ادارہ کا بھارہ بوز کا میٹرک کا نتیجہ امتحان صنفی (100%) اور ہمارے درجہ (VIII) کے بوز کے امتحان میں بھی سبھی طلبات اچھے نمبر سے کام لیں اور ریزٹ (100%) برآمد۔ تعلیم (Adults) (Education) کی بنیاد 20/ جون 2002ء کو ایک نوجوان شادی شدہ اور بچہ عورت سے رکھی گئی ہے۔ ان بچہ لڑکیوں اور جوہر میں داخلہ لے لیتی ہیں۔ تفصیل و مزے سے حاصل کریں۔ کوشش کیلئے تعلیم (Vocational) فنی تعلیم کا دوری 2003ء سے باقاعدہ طریقہ پر سیزن ختم ہوا ہے۔ جس میں ایمر کی لڑکیوں اور جوہر کو بھی سیکھنے کی اجازت ہوگی۔ مسلم لڑکیوں کا یتیم خانہ کیادائے کونہ کے سالانہ اخراجات موجودہ برائی کی وجہ سے اس قدر بڑھ گئے ہیں کہ سالانہ خرچہ چھپنے لگا ہے۔ ہر سال سالانہ اخراجات کی تکمیل اہل خیر اور ہمدرد حضرات کے قرضوں سے ہی درپور پوری کی جاتی ہے۔ ادارہ صوبہ سے لے کر کلکتہ کی طرح بڑے بڑے اداروں میں شراکت دار اور راشن ہال میں کھانا (داری) اساتذہ کی پینشن، تعلیم حاصل کیا رہتی ہیں۔ ادارہ کی عمارت کے متعلق جسے ادارہ کا سرگرمیاء چاہتے ہیں۔ کتب خانہ اور تیسری منزل کی چھت اور بھی کام لیں اور صدقہ جاریہ کرنے والوں کی روانہ کر رہے ہیں۔ یتیم و یتیمہ بچیاں یہاں سے فارغ ہونے کے بعد مگر جا کر اسلامی تعلیم کے ساتھ پروفیسری تک کی تعلیم کا کام کرنے کے مشن (Mission) میں لگے رہتی ہیں۔

اس وقت کوڑھ میں ایک سو (100) یتیمہ طلبات ہیں اور قرب و اجوار سے روزانہ آنے والے بچے اور بچیاں (Hostel) میں رہ کر تعلیم حاصل کرنے والوں کے علاوہ ہیں۔ یتیم بچیوں کا ہر اخراج میں طرح طرح ایک اپ اپنی بیوی کا پورا کیا کرتا ہے اس طریقہ سے ہر سائے کو خوش کی جاتی ہے۔ یتیمہ اور یتیمہ طلبات کا رہنا سہارا کھانا پینا ایک ساتھ ہوتا ہے تاکہ انھیں قیمتی کامیابی سے نوازا جاسکے۔ سالانہ خرچہ کیلئے لاکھ (11 Lac) روپے ہیں۔ (حیثی خرچہ چھوڑ کر) بچہ لڑکیوں کو تعلیم کی خبر گیری کرنے پر بہت سے بچے اور بچیاں کی شہادت دی گئی ہے اور بچہ و یتیمہ (چھوڑ کر) کرنے والے اور (بچ کر) کرنے والے کے برابر کر دیا گیا ہے اور ساتھ لہر (بیشمار روپے کئے والے) کیا گیا ہے (عمر کی مسلم)

ہر سال تقریباً 50 اور 60 یتیم بچیوں کو ہائی اسکول کی تعلیم کے لیے بھیج دیا جاتا ہے۔ ان بچوں کو لڑائی نہ پڑے جس کا سبب انہوں نے لڑکیاں تیار کی ہیں۔ یہی وہ مقام ہے جہاں کوڑھ میں داخلہ سے محروم ہونے والے بچے تعلیم کو حقیقت سے بھی باہل محروم نہ ہوتی ہیں۔

ہمارا دل و دل سے اپیل

ایک یتیم بچی کی تعلیم و تربیت اور خورد و نوش پر سالانہ سات ہزار (Rs. 7000) روپے کا خرچہ آتا ہے۔ آپ بھی یتیم بچی کی (کفالت) کا ہر اخراج کرنا شروع کریں۔ تاکہ آپ نے ایک لڑکی کو تعلیم دی تو کوئی ایک خاندان کو تعلیم دی، ایک چاندی نسل کو تعلیم دی۔ ایسا نہ ہو کہ ہماری محنت اور چشمہ پوری سے یہ بچیاں پرورش و پرداخت اور حصول تعلیم کی بنیاد ضرورتوں سے محروم نہ ہوں اور آخرت میں ہماری پکار میں اور آپ نے تو بھلائی تو مستقبل میں یہ بچیاں جہالت و سستی سے بچ رہیں گے۔

ادارہ قوم و ملت میں تعلیم یافتہ لڑکیوں کے حساب میں اضافہ کی کو ششوں میں مصروف ہے تاکہ ہماری دینے والی لڑکیوں کی آغوش میں اسلامی ماحول میں تعلیم پرورش دے سکے۔
 کے لیے ہر ماہ (Rs. 45/=) روپے سہ ماہی کے لیے ہر ماہ داخلہ دارم و مصروف حاصل کیا جاسکتا ہے۔ داخلہ کے وقت و ضمانت کی رقم کے ساتھ تقریباً (Rs. 2500/=) روپے لوگوں کو لڑائی ہے اور ماہ (Monthly) خرچہ تقریباً (Rs. 600/=) روپے ہوا کرتا ہے۔ درجہ میں داخلہ شدہ کے بعد ہی کوڑھ داخلہ زیادہ سے زیادہ درجہ تعلیم (VII) تک ہی ہو سکتا ہے۔

ادارہ آپ سے فرمائش کرتا ہے اور مخلصانہ تعاون کا شکریہ۔ جو بھی تعاون کریں گے انشاء اللہ آخرت میں اس کا بہترین اجر پائیں گے۔

پناہ و تحفظ کے لیے "THE GAYA MUSLIM GIRLS' ORPHANAGE" لکھیں۔

برائے رابطہ:

GENERAL SECRETARY, THE GAYA MUSLIM GIRLS' ORPHANAGE
 AT: KOLOWNA, PO CHERKI-824237, DISTT: GAYA (BIHAR) INDIA
 Bank A/C No: 7752 (U.B.O.1) Ph: 0631-73437

اقبال احمد خلی بنی ادارہ واعزازی جنرل سکریٹری



زیادہ جینے کے لیے کم سوئے !

ایک اور حقیقت یہ ہے کہ وقتاً فوقتاً بے خوابی کے حملوں کا شکار ہونے والے افراد میں موت کی شرح میں کوئی اضافہ نہیں ہوتا البتہ بے خوابی سے بچنے کے لیے نیند کی گولیاں استعمال کرنے والوں کے جلدی مرنے کے امکانات زیادہ ہیں۔ ڈاکٹروں کا خیال ہے کہ بے خوابی کی زیادہ تر شکایات بے خوابی کی تشخیص کی بہ نسبت ڈپریشن (Depression) سے زیادہ تعلق رکھتی ہیں۔

بے خوابی کم نیند کے ہم معنی نہیں ہے۔ عام طور پر مریض بے خوابی کی شکایات کرتے ہیں حالانکہ ان کی نیند کی مدت انھیں لوگوں کے زمرے میں آتی ہے جنہیں نیند سے متعلق کوئی پریشانی نہیں ہوتی۔

اس مطالعے میں بقاء (Survival) کی سب سے اچھی شرح رات میں سات گھنٹے کی نیند لینے والوں میں پائی گئی۔ سات گھنٹے سونے والوں کے مقابلے آٹھ گھنٹے سونے والوں کا چھ سال کی مدت میں مرنے کا امکان 12 فیصد زیادہ پایا گیا۔ یہاں تک کہ صرف پانچ گھنٹے کی نیند لینے والے بھی آٹھ گھنٹے سونے والوں سے زیادہ لمبی زندگی گزارتے ہیں۔

جسمانی گھڑی آنکھوں میں !

نیویارک میں سائنسدانوں نے چوہے کے پردہ چشم یا شبکیہ (Retina) میں روشنی کے تئیں انتہائی حساس غلیوں کا جال (Net) دریافت کیا ہے جو اس بات کی وضاحت کر سکتا ہے کہ پتہ ہے (Mammals) جن میں انسان بھی شامل ہے، اپنی جسمانی گھڑی (Body Clock) کس طرح قائم کرتے ہیں۔

محققین کے مطابق اندرونی پردہ چشم میں موجود غلیوں کا یہ

عام طور سے بے سدھ ہو کر رات بھر سونے کو ہی اچھی نیند سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ مگر اب امریکی سائنسدان اچھی نیند کی نئی تعریف کچھ اس طرح بیان کرتے ہیں کہ انسان رات کو دیر سے سوئے اور صبح جلدی اٹھے۔ ان کے مطابق بے خوابی کے مریض کو نیند کی کمی شاید اتنا نقصان نہ پہنچائے البتہ آٹھ گھنٹے اور اس سے بھی زیادہ مدت تک بے سدھ ہو کر سونے والوں کے لیے اس بات کا زیادہ امکان ہے کہ وہ تیزی سے اپنی قبل از وقت موت کی طرف بڑھ رہے ہوں۔

آرکائیوڈ آف جینرل سائیکس ایٹری (Archives of General Psychiatry) میں ایک روداد کے مطابق کیلی فورنیا یونیورسٹی کے ڈیپٹل کرپکے (Daniel Kripke) اور ان کے ساتھیوں نے 30 سے ملے کر 102 سال تک کی عمر کے 101 افراد کے حالات کا مطالعہ کر کے دریافت کیا کہ چھ سے سات گھنٹے کی نیند لینے والوں میں موت کی شرح کم تھی جبکہ آٹھ گھنٹے اور اس سے زیادہ وقت تک سونے والوں اور چار گھنٹے سے کم سونے والے افراد میں موت کی شرح میں معنی خیز اضافہ تھا۔

پروفیسر کرپکے کے مطابق یہ بات تو ہم نہیں جانتے کہ کیا لمبی نیند کے ادوار ہماری رہنمائی موت کی طرف کرتے ہیں تاہم اس بات کا تعین کرنے کے لیے مزید مطالعات کی ضرورت ہے کہ کیا کم نیند لینے سے فی الحقیقت ہم اپنی صحت میں سدھار لاسکتے ہیں۔ یا نہیں؟ البتہ ساڑھے چھ گھنٹے کی اوسط نیند لینے والے افراد کو اس بات سے اطمینان کر لینا چاہئے کہ وہ فی الحال نیند کی بالکل صحیح مقدار لے رہے ہیں اور صحت کے نقطہ نظر سے انھیں اپنی نیند میں مزید اضافہ کرنے کی قطعی ضرورت نہیں ہے۔



پیش رفت

کی جسمانی گھڑی کا تواتر (Circadian Rhythm) روشنی میں تبدیلی سے متاثر ہو کر ہی رد عمل کرتا ہے۔ مثال کے طور پر اندھے چوہے بھی رات و دن کا وہی سلسلہ اپناتے ہیں جو ان کے دیکھنے والے ساتھی۔ لیکن ایسے چوہے جن کی آنکھیں بالکل ہی نہ ہوں وہ ایسا نہیں کرتے۔

اس جدید مطالعے سے اس بات کی تصدیق ہو گئی ہے کہ آنکھوں میں خلیوں کا ایک ایسا جال ہے جو جسم کو تواتر (Rhythm) بنائے رکھنے میں مدد کرتا ہے اور یہ خلیے بصارت میں طوٹ خلیوں سے بالکل مختلف ہیں۔ محققین نے یہ بھی دریافت کیا کہ چوہوں کے شبکیہ میں خلیوں کا ایک ذیلی مجموعہ یا گروہ (Subset) میلا نوپ سن (Melanopsin) نامی پروٹین بھی خارج کرتا ہے۔ یہ پروٹین انسانی آنکھ میں بھی پایا جاتا ہے۔

دہلی میں اپنے قیام کو خوشگوار بنائے
شاہجہانی جامع مسجد کے سامنے

حاجی ہوٹل

آپ کا منتظر ہے

آرم دہ کمرؤں کے علاوہ
دہلی وار پیرون دہلی کے واسطے
گاڑیاں، بیس، ریل و ایئر بنگ
نیز پاکستانی کرنسی کے تبادلے کی سہولیات
بھی موجود ہیں

فون نمبر: 326 6478

جال ان مخصوص خلیوں سے قطعی مختلف ہے جو دیکھنے میں مدد کرتے ہیں۔ اس کے بجائے ایسا لگتا ہے کہ یہ خلیے روشنی میں رونما ہوئی تبدیلیوں کا ایک کم مخصوص ادراک (Less Specialized Perception) مہیا کرتے ہیں۔ پردہ چشم کے ذریعہ رات و دن کے اسی تغیر و تبدل کا ادراک ہی جسمانی گھڑی کو قائم کرنے میں مدد کرتا ہے۔ سونے اور جاگنے کے ادوار کو کنٹرول کرنے کے علاوہ یہ گھڑی جسم کے دیگر افعال مثلاً مختلف ہارمون کی پیداوار، ہڈی پریش اور جسم کا درجہ حرارت وغیرہ برقرار رکھنے میں بھی ایک اہم کردار نبھاتی ہے۔

عرصہ طویل سے سائنسدان اس بات کو سمجھنے کے لیے کوشاں تھے کہ جب اس جسمانی گھڑی کا باقاعدہ قدرتی تواتر (Rhythm) بگڑ جاتا ہے، تو جسم اس گھڑی کو دوبارہ کس طرح قائم کرتا ہے، جیسے آجکل کچھ لوگ رات کو سونے کے بجائے کام کرتے ہیں اور دن میں نیند پوری کرتے ہیں اسی طرح ہوائی جہاز سے دور دراز کے ممالک میں چند گھنٹوں میں پہنچ جاتے ہیں جس سے وہاں کے وقت کا فرق نمایاں طور پر محسوس کر سکتے ہیں وغیرہ۔ ماضی میں یہ سمجھا جاتا تھا کہ شبکیہ یا پردہ چشم کے خلیے جو دیکھنے میں ہماری مدد کرتے ہیں وہی دماغ میں موجود ہمارے جسم کی مرکزی گھڑی تک بھی اشارے یا سنٹل بھیجتے ہیں۔ تاہم اب یہ واضح ہو چکا ہے کہ اندھوں میں، چاہے وہ چوہے ہوں یا انسان، ان

ضروری اطلاع

امریکہ و کناڈا کے قارئین رسالے کی خریداری نیز اس تحریک سے متعلق کسی بھی قسم کی معلومات کے واسطے ڈاکٹر لیتھ محمد خاں سے رابطہ قائم کریں

فون نمبر:

001-856-770-1870

001-609-518-4375

رہائش

آفس



کن گجیا

ہور ہے ہوں۔

آرڈر ماہتیرا (Dermaftera)

یہ چھوٹے چھوٹے لمبوترے کیڑے ہیں جن کے منہ کے اعضاء کاٹنے اور کترنے والے ہوتے ہیں۔ اگلے جوڑی پر سخت اور ڈھکن نما ہوتے ہیں جن پر رگیں نہیں ہوتیں جبکہ پچھلے پر بڑے، نیم دائری، جھلی دار اور پٹکے نما ہوتے ہیں جن پر رگیں شعاعی انداز سے پھیلی ہوئی ہوتی ہیں۔ ایسی اقسام بھی عام طور پر پائی جاتی ہیں جن کے پر نہیں ہوتے۔ پیروں کے نارسائی میں تین جز پائے جاتے ہیں۔ سری غیر قطعہ دار، سخت قینچی نما اعضاء میں تبدیل ہو جاتے ہیں جنہیں فورسپس (Forceps) کہتے ہیں۔ اودی پوزیٹر مختصر یا غیر موجود ہوتا ہے اور اسی طرح تقلب بھی معمولی نوعیت کی کا ہوتا ہے۔

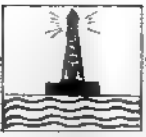
فورسپس کی موجودگی ان چھوٹے چھوٹے کیڑوں کو بھی دیکھنے میں خطرناک بنا دیتی ہیں۔ گلتا ہے جیسے یہ کوئی زہریلے کیڑے ہیں جو اگر کاٹ لیں تو مہلک ثابت ہو سکتے ہیں۔ ابتداء لوگوں کا یہ خیال تھا کہ یہ کیڑے لوگوں کے کان میں گھس کر دماغ تک چلے جاتے ہیں اور بہت نقصان کرتے ہیں اور اسی وجہ سے لوگوں نے اسے ایروگ (Earwig) یعنی کن گجیا نام دے دیا۔ جبکہ حقیقت اس سے بہت مختلف ہے۔ بظاہر خوفناک نظر آنے والے سری کا اصل کام بھی ٹھیک سے نہیں معلوم۔ بعض کا خیال ہے کہ کیڑے انھیں اپنے پچھلے پروں کو پھیلانے کے لیے استعمال کرتے ہیں، بعض کے بموجب یہ دشمن سے لڑنے یا اسے ڈرانے والے اعضاء ہیں کیونکہ جب بھی کبھی ان کیڑوں کو چھیڑا جاتا ہے تو یہ اپنے پیٹ کا سری والا حصہ اوپر کی طرف اٹھا لیتے ہیں اور قینچی نما سری کو کھول لیتے ہیں جیسے کہ وہ مقابلے کے لیے تیار

ان کیڑوں کی کم و بیش 1900 اقسام ماہرین دریافت کر چکے ہیں۔ یہ زیادہ تر شب باشی ہیں اور دن کے وقت چھتر، زمین یا درختوں کی چھال کے نیچے چھپ جاتے ہیں، عادتاً یہ گوشت خور اور ہنری خور دونوں ہوتے ہیں۔ نباتات کے مقابلے یہ کھبوں اور دیگر چھوٹے کیڑوں کو چیر چھا کر کھانا پسند کرتے ہیں۔ نباتات میں انھیں پھولوں کی چنگڑیاں اور نرم کوٹلیں زیادہ چھب لگتی ہیں۔ ویسے انھیں سیب اور ناسپاتی جیسے پھل بھی بہت مرغوب ہیں جنہیں یہ کھاتے کم اور ضائع زیادہ کرتے ہیں۔

ان کیڑوں کی زندگی میں سب سے زیادہ دلچسپ حقیقت انڈوں اور بچوں کی دیکھ بھال کرنا ہے۔ انڈے زمین پر دیئے جاتے ہیں اور مادہ کن گجیا کسی مرغی کی طرف ان پر تنہی ہے۔ انڈوں



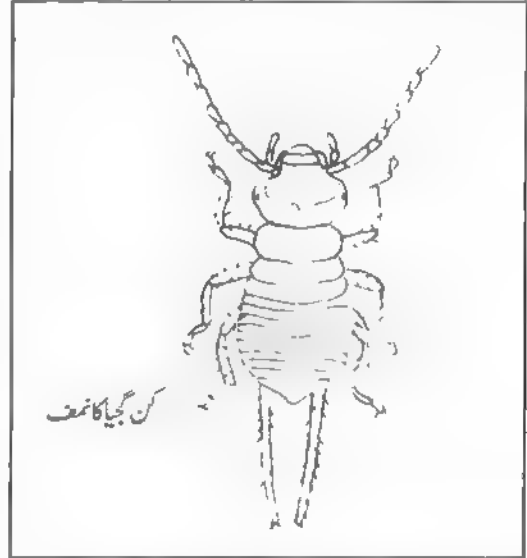
بالغ کن گجیا



ہوتے ہیں، ان کی بناوٹ میں خاص تنوع پایا جاتا ہے۔ بعض اقسام میں یہ سخت نہ ہو کر ملائم اور پالدار بھی ہوتے ہیں۔

کن گجیا کے انڈے زرد رنگ کے یا کچھ سفید ہوتے ہیں۔ ان کی ساخت بیضی اور سطح ہموار ہوتی ہے۔ انڈوں کی تعداد 21 سے 80 تک ریکارڈ کی گئی ہے جو عموماً سر دیوں میں دیئے جاتے ہیں جن سے گرمی آنے پر ہی بچے نکلے ہیں۔ عموماً سال میں ایک ہی نسل پیدا ہوتی ہے۔ نمفیس عام بناوٹ میں اپنے والدین کے ہم شکل ہوتے ہیں البتہ ان میں انٹنی کے جڑوں کی تعداد کم ہوتی ہے اور آخری قطعے کے قینچی نما سر سی سادہ اور لمبو ترے ہوتے ہیں جن میں وقت کے ساتھ تبدیلی آتی ہے۔ ایک قسم کا نمفیس جو 5 ملی میٹر لمبا ہوتا ہے اس کے سر سی 14 قطعوں پر مشتمل ہوتے ہیں جن کی مجموعی لمبائی جسمانی لمبائی کے برابر ہوتی ہے۔ اگلی چند حالتوں کے دوران ان کی تعداد بڑھ کر 45 ہو جاتی ہے اور وہ جسم سے دو گنے بڑے ہو جاتے ہیں۔ لیکن پھر اچانک ہی گھٹ کر ایک قطعے کے رہ جاتے ہیں جس کے اندر مستقبل کے قینچی نما سر سی بن جاتے ہیں۔ دیگر اقسام میں ایسا نہیں ہوتا۔

سے نکلنے والے چوڑے بھی بس آس پاس ہی رہتے ہیں جنھیں مادہ کن گجیا چوڑوں کی طرح اپنے بچے چھپا لیتی ہے۔ اگر دانستہ طور پر انڈوں کو پھینکا کر الگ الگ رکھ دیا جائے تو کھس چند روز کے اندر ہی وہ دو بارہ بیکار کر لئے جاتے ہیں اور مادہ ان پر بیٹھی نظر آتی ہے۔ کن گجیا کا سر چوڑا اور چپنا ہوتا ہے جو جسم کے متوازی رہتا



ہے۔ آنکھیں گول ہوتی ہیں اور اوسیلہ کی غیر موجود ہوتے ہیں۔ انٹنی دس سے پچاس جڑوں پر مشتمل ہوتے ہیں۔ جڑے ہمیشہ چوڑے اور مضبوط ہوتے ہیں جن کے باہری سروں پر دو دانستہ ضرور ہوتے ہیں، گردن کا حصہ صرف بھلی دار نہیں ہوتا بلکہ اس پر ظہری، بٹنی اور جانبی ٹینٹیں ہوتی ہیں۔ پروتھوریکس کی اوپری پلیٹ، پروٹوٹھم چوڑی اور مستطیل ہوتی ہے۔ آرام کی حالت میں اگلے سخت پر یعنی نیگمینا تھوریکس کے اوپر درمیان میں باہم مل جاتے ہیں اور ٹیٹلس کے ڈھکن نما اطیر (Elytra) کی مانند لگتے ہیں۔ کن گجیا کے پھر نادل اور تین نارسائی والے ہوتے ہیں۔ پیٹ گیارہ واضح قطعوں پر مشتمل ہوتا ہے۔ پہلا قطعہ تھوریکس کے پیچھے حصے سے ملا ہوا ہوتا ہے جبکہ گیارہواں قطعہ کبھی کبھی بے حد مختصر ہوتا ہے۔ سر سی جو سخت قینچیوں کی مانند

عبدالودود انصاری صاحب

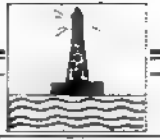
کے قلم سے لکھی گئی تین بہترین کتابیں

پرنڈہ کوئز	صفحات 72	قیمت 35 روپے
جانور کوئز	صفحات 72	قیمت 35 روپے
کیراکوئز (جلد)	صفحات 72	قیمت 45 روپے

آپ کی توجہ کی منتظر ہیں۔ آج ہی طلب کریں

تنویر بک ڈپو

112 جی ٹی روڈ، آفسول۔ 713301



ہیلی کاپڑ

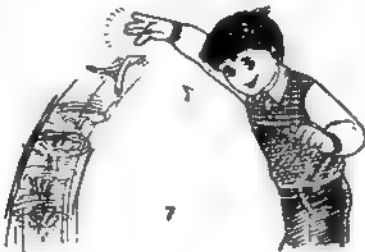
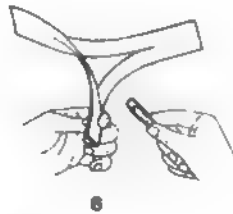
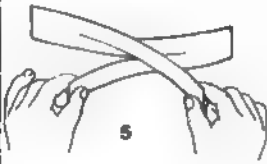
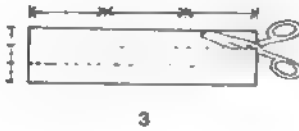
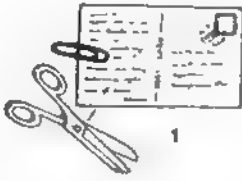
شامین پرویز، فنی دہلی

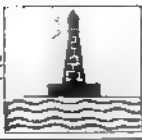
اس ہیلی کاپڑ کو بنانے اور اڑانے میں آپ لوگوں کو بہت مزہ آئے گا۔ ہوا میں نیچے آتے ہوئے یہ جگ جگ کے ہیلی کاپڑ جیسے گھومے گا۔

اسے بنانے کے لیے ایک پرانا پوسٹ کارڈ، قہنجی اور ایک پیپر کلپ کی ضرورت ہوگی۔

تصویر (1) پوسٹ کارڈ کی لگ بھگ 3 سینٹی میٹر چوڑی ایک لمبی پنی کاٹیں، اب پنی کو تصویر (3) میں دکھائے طریقے کے مطابق کاٹیں۔ اس بات کا دھیان رکھیں کہ دونوں ہار صرف دو تہائی دوری تک ہی کاٹا ہے۔ اب اوپری دائیں کونے اور نچلے بائیں کونے کو دونوں ہاتھوں سے پکڑ کر تصویر (4) کی طرح آپس میں ملائیں۔ کاغذ کے ان دونوں سروں پر پیپر کلپ چڑھاویں۔ تصویر (5) پیپر کلپ کے وزن کی وجہ سے اڑان میں ہیلی کاپڑ سیدھی حالت میں رہے گا۔ تصویر (6)۔

اب ہیلی کاپڑ کو اونچائی سے چھوڑیں اور اسے گول گول گھومتے ہوئے نیچے آتے ہوئے دیکھیں۔ تصویر (7)۔ اپنے ہاتھ کے انگوٹھے اور انگلی سے ایک پھلہ بنائیں گرتے ہیلی کاپڑ کو اس پھلے میں پکڑنے کی کوشش کریں۔





سائنس کلب

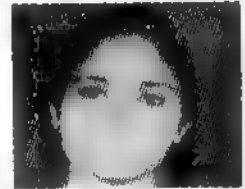
یا آپ سائنس برادری سے وابستہ ہونا چاہتے ہیں؟ ہم خیال، ہم مزاج اور ہم ذوق، ہمیں بھائیوں سے رابطہ قائم کرنا چاہتے ہیں؟ آپ بھی مذاکرات کی مدد سے اس علمی تحریک کو فروغ دینا چاہتے ہیں، سائنس کلب آپ کی ان خواہشات کی تکمیل کا ایک ذریعہ ہے۔ اپنے فوٹو (بلیک اینڈ وائٹ یا رنگ کے پس منظر والا رنگین) کو "سائنس کلب کوپن" کے ساتھ آج ہی روانہ کریں۔ کوپن کا ہر کالم توجہ سے پڑ کریں۔

منظور احمد خان صاحب گزشتہ سال اسلامیہ کالج حول سے بی ایس سی کر رہے تھے ساتھ ہی انڈر گرانڈ میٹریشل اوپن یونیورسٹی سے بی۔ ٹی۔ ایس۔ انھیں نباتات، ایڈس اور کینسر کے موضوعات سے دلچسپی ہے۔ مستقبل میں اسلام کی خدمت کرنا چاہتے ہیں۔

گھر کا پتہ : نندیا پشوپت کالونی، پار پورہ، نور باغ، سری نگر۔ 190017
تاریخ پیدائش : یکم جولائی 1980

روہی خانم صاحبہ نے فیض عام ڈگر کالج سے ایم اے کیا ہے۔ زولوجی سے دلچسپی ہے۔ گورنمنٹ میجر بننا چاہتی ہیں۔

گھر کا پتہ : معرفت جہانگیر خاں، 9/662، ملکنس تہ، سہارنپور۔ 2470001
تاریخ پیدائش : 10 جون 1975



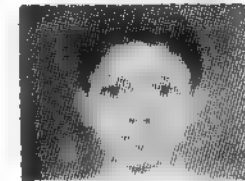
افضل احمد اشفاق احمد صاحب مایگاؤں ہائی اسکول اینڈ جونیئر کالج میں بشتم کے طالب علم ہیں۔ ان کو حرکت، روشنی، نباتات جیسے مضامین سے دلچسپی ہے۔ انجینئر بن کر ملک و قوم کی خدمت کرنا چاہتے ہیں۔

گھر کا پتہ : 822، نیا پورہ، مکی نمبر 13، مایگاؤں 423203
تاریخ پیدائش : 9 اپریل 1988



شارق محمود صاحب کائنات انٹرنیشنل اسکول سے ہشتم کر رہے ہیں۔ ان کو شافت، ماحولیات، جنگلات جیسے موضوعات سے دلچسپی ہے۔ آئی۔ اے۔ ایس آفیسر بننا چاہتے ہیں۔

گھر کا پتہ : کائنات کالونی، کاکو، ضلع جہان آباد۔ بہار۔ 804418
تاریخ پیدائش : 9 جولائی 1981





ہمارے چاروں طرف قدرت کے ایسے نظارے بکھرے پڑے ہیں کہ جنہیں دیکھ کر عقل حیران رہ جاتی ہے۔ وہ چاہے کائنات ہو یا خود ہمارا جسم، کوئی پیڑ پودا ہو، یا کیز اکوڑا۔ کبھی اچانک کسی چیز کو دیکھ کر ذہن میں بے ساختہ سوالات ابھرتے ہیں۔ ایسے سوالات کو ذہن سے جھٹکنے مت۔ انہیں ہمیں لکھ بھیجئے۔ آپ کے سوالات کے جواب ”پہلے سوال پہلے جواب“ کی بنیاد پر دیئے جائیں گے اور ہاں! ہر ماہ کے بہترین سوال پر =100 روپے کا نقد انعام بھی دیا جائے گا۔

آتمیں) نکلتی رہتی ہیں لہذا اگر عریاں آنکھ سے سورج دیکھا جائے تو بینائی ختم ہو سکتی ہے۔ کالا شیشہ ایسی شعاؤں کو بڑی حد تک جذب کر لیتا ہے۔ اگر مگر کالا شیشہ یا چشمہ موجود نہ ہو تو شخص کی پلٹ کی کالک لگا کر سورج کو دیکھا جاسکتا ہے۔ اس طرح آنکھیں محفوظ رہنے کا امکان قوی رہتا ہے۔ تاہم یہ بھی خطرے سے خالی نہیں ہے۔

سوال : سب کا خون لال مگر کڑی کا خون سفید ہوتا ہے۔ ایسا کیوں؟

نور الہدیٰ نور ذیہلی

جامعہ مصباح العلوم چوکنیاں

بھارت بھاری سدھار تھ نگر۔ 272191

جواب : خون میں رگ ہیموگلوبن (Haemoglobin) نامی مادے کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اسی مادے کی مدد سے جسم میں آکسیجن اور کاربن ڈائی آکسائیڈ کا نقل و حمل ہوتا ہے۔ تاہم بہت سے جانداروں میں جن میں کیزے کوڑوں کی اکثریت بھی شامل ہے، یہ سرخ مادہ موجود نہیں ہوتا۔ کیونکہ عموماً ان کے جسم میں ہوا کی نالیاں ہوتی ہیں جن سے براہ راست آکسیجن جسم کے تمام حصوں کو ملتی رہتی ہے۔ کہیں کہیں یہ کام دیگر انداز سے بھی انجام پذیر ہوتا ہے۔ کڑی بھی ایک ایسا ہی جاندار ہے۔ ان کے جسم میں موجود سفید مادہ ہیملوف (Haemolymph) کہلاتا ہے۔ کچھ اقسام کے کیزوں (Arthropods) اور سمندری جانداروں میں یہ کام ”ہیوسیانن“ (Haemocyanin) انجام دیتا ہے۔ یہ بے رنگ سے ہلکے نیلگوں رنگ میں تبدیل ہوتا ہے۔

سوال : پیدا ہونے والے بچے کا بلڈ گروپ (Blood Group) ماں اور باپ کے بلڈ گروپ سے علیحدہ کیوں ہوتا ہے؟

شیخ فرید احمد

محمد یہ طبع کالج والساڑہ سہیل، مسوورہ، مالوگاؤں۔ 423203

جواب : بلڈ گروپ ایک نسل خاصیت ہے جس کا تعلق جینز (Genes) سے ہے۔ ماں باپ کے خواص جب بچوں میں منتقل ہوتے ہیں تو اس دوران اہم ترین مراحل پر جینز (Genes) کا تبادلہ اور ترتیب نو ہوتی ہے۔ ان عوامل کے نتیجے میں بچے میں جو بھی جینز آتی ہیں، انہی کی بنیاد پر بلڈ گروپ بھی طے ہوتا ہے۔

سوال : کالج کی پلٹ پر دھوئیں کی کالک لگا کر ہی سورج گرہن کو کیوں دیکھنا چاہئے؟

روبی خلیفہ

معرفت محمد جہانگیر خاں، بولد محمد حنیف خاں

مکان نمبر 9/662، ملکن تلہ، سہارنپور۔ 247001

جواب : سورج سے خارج ہونے والی شعاؤں کی اکثریت ہماری نازک آنکھوں کے لیے خطرناک ہوتی ہے۔ عام حالات میں سورج کی تیز روشنی کی وجہ سے ہم سورج کی طرف آنکھ اٹھانے کی بھی ہمت نہیں کر سکتے۔ تاہم سورج گرہن کے دوران چونکہ اس کی روشنی کی شدت نہایت کم ہو جاتی ہے لہذا یہ خطرہ ہوتا ہے کہ اتفاقاً یا تجسس کی وجہ سے کوئی سورج کو دیکھ سکتا ہے۔ اس کیفیت میں سورج سے روشنی کے علاوہ دیگر خطرناک شعاؤں (جو نظر نہیں



شعاع کو منعکس کرے۔ ہری نظر آنے والی چیز دراصل روشنی میں موجود ہری شعاع کو منعکس کرتی ہے جبکہ دیگر سبھی رنگوں کی شعاعوں کو جذب کر لیتی ہے۔ جھاگ کا بلبل پانی کی باریک جھلی کا بنا ہوتا ہے۔ اگر آپ تنہا ایک بلبلے کو دیکھیں تو وہ آپ کو بے رنگ اور شفاف نظر آئے گا۔ یعنی اس میں سے تمام روشنی پار گزر جاتی ہے۔ تاہم یہ بلبلے جب بہت سارے اکٹھے ہو کر جھاگ کی شکل اختیار کر لیتے ہیں تو یہ روشنی کی تمام شعاعوں کو منعکس کرنے لگتے ہیں اس لیے سفید نظر آتے ہیں۔

سوال : بادل کا پھٹنا کسے کہتے ہیں۔ اس کے پھٹنے کے اسباب کیا ہیں نیز یہ شاذ و نادر ہی کیوں پھٹتے ہیں؟

قاضی دبیر ہاشمی

معرفت ایس۔ جی۔ قاضی

دارالقضاء فرمان پور، اچلپور سٹی، ضلع امرتسار۔ 444806

سوال : صابن تو کئی رنگ کے ہوتے ہیں جیسے لال، نیلا، ہرا، پیلا۔ لیکن ان سب کا جھاگ صرف سفید ہی کیوں نکلتا ہے؟ اگر لال صابن ہے تو لال جھاگ کیوں نہیں نکلتا؟ نیلا صابن ہے تو نیلا جھاگ کیوں نہیں نکلتا۔

ہاشمی محمد مصطفیٰ افروز ریاض احمد

سروے نمبر 152 پلاٹ نمبر 4 سلیمانی مسجد کے پیچھے

نیا پورہ، مالنگاؤں۔ 423203

جواب : صابن، پانی میں گھلنے کے بعد جھاگ بناتا ہے، اس محلول میں پانی زیادہ اور صابن کم ہوتا ہے۔ ہم جس کو جھاگ کہتے ہیں وہ دراصل پانی میں صابن کے محلول کی ایک جھلی ہے جس میں ہوا بھری ہوتی ہے۔ اس جھلی میں چونکہ پانی کی مقدار ہی زیادہ ہوتی ہے اس لیے اس کا جھاگ بھی عام پانی کی طرح سفید جھاگ ہی بناتا ہے۔ اب سوال یہ ہے کہ جھاگ کا رنگ سفید کیوں ہوتا ہے۔ کوئی بھی چیز رنگ دار جب نظر آتی ہے جب وہ کسی خاص رنگ کی

انعامی سوال : لوہے کو جب گرم کرتے ہیں تو وہ سرخ رنگ اختیار کر لیتا ہے۔ اور گرم کرنے پر زرد رنگ اور مزید گرم کرنے پر سفید رنگ اختیار کر لیتا ہے۔ کیوں؟

رحمت اللہ خلوی

معرفت عبدالرؤف صاحب، پوسٹ تلور، قلعہ چکری، کراتک۔ 577229

جواب : ہم واقف ہیں کہ توانائی کی ایک قسم دوسری قسم میں تبدیل ہوتی ہے۔ ہم جب لوہے کو گرم کرتے ہیں تو اسے حدت کی شکل میں توانائی دیتے ہیں۔ لوہا اس توانائی کو جذب کرتا ہے۔ تاہم کچھ ہی دیر میں لوہا توانائی کی تمام مقدار کو جذب نہیں کر پاتا، کیونکہ سیر ہو چکا ہوتا ہے لہذا وہ اس توانائی کو حدت اور روشنی کی شکل میں خارج کرتا ہے۔ اس لوہے کو اگر آپ آگ سے ہٹا کر دیکھیں تو اس میں سے حدت خارج ہوتی محسوس ہوگی۔ یعنی یہ زائد حدت کو خارج کر رہا ہے۔ روشنی کا اخراج بتدریج اور مراحل میں ہوتا ہے۔ شروع میں لوہا سرخ رنگ کی شعاعیں خارج کرتا ہے لہذا خود سرخ نظر آتا ہے۔ کچھ دیر بعد سرخ کے ساتھ دیگر رنگوں کی شعاعیں بھی خارج ہونے لگی ہیں لہذا لوہے کا رنگ زردی مائل یا سنہرا ہو جاتا ہے۔ جب لوہا "سیر شدگی" کی آخری حد کو پہنچ جاتا ہے تو روشنی کی کل شعاعیں خارج کرنے لگتا ہے اور ایسے میں لگ بھگ سفید رنگ کا نظر آتا ہے۔ اسی کو ہم "دہات ہٹ" (White Hot) کہتے ہیں۔



سوال جواب

جواب : جب کسی جگہ اچانک بہت شدید بارش ہو تو اسے بادل کا پھٹنا (Cloud Burst) کہتے ہیں۔ یہ عموماً ”کیو مولو نمبس“ (Cumulonimbus) قسم کے بادلوں کی وجہ سے ہوتا ہے۔ یہ بادل بہت گھنے گو بھی کے پھول کی مانند اوپر کی طرف پھیلے ہوئے ہوتے ہیں۔ بادل بننے، ان کے یکجا ہونے اور بارش ہونے پر مختلف موسمی عوامل اثر انداز ہوتے ہیں۔ یہی وہ اسباب ہیں جن کے باعث بادل پھٹتے ہیں۔ عموماً یہ عوامل اس شدت کی نوعیت کم ہی پیدا کرتے ہیں اس لیے یہ قدرتی مظہر بھی کم ہی نظر آتا ہے۔

سوال : جلتی ہوئی چنی یا لالین کے شیشے کا نچلا حصہ ٹھنڈا ہوتا ہے۔ اور اوپر کا حصہ گرم ہوتا ہے کیوں؟

محمد افروز عالم انصاری

ولد تفضل حسین، ماڈل پبلک اسکول،

آزاد نگر، اردو، ریلوے کورٹ۔ بہار 854311

جواب : یہ کیفیت لالین جلانے کے فوراً بعد ہوتی ہے۔ چونکہ چنی کے اندر ہوا گرم ہوتی ہے لہذا اوپر اٹھتی ہے کیونکہ گرم ہوا اٹھتی ہوتی ہے۔ یہ چنی کے اوپر ہی حصے کو پہلے گرم کرتی ہے تاہم کچھ دیر بعد حدت سب طرف پھیل جاتی ہے اور چنی پوری طرح گرم ہو جاتی ہے۔

سوال : اگر آدمی خواب میں کسی کے ساتھ ہم بستری کرے تو اس کا انزال ہوتا ہے اور یقیناً صبح وہ بستر پر مٹی دیکھتا ہے۔ لیکن اگر خواب میں پیشاب کرتے دیکھے تو پیشاب نہیں ہوتا۔ اس کی کیا وجہ ہے؟

بلال احمد بٹ

ساکن کپورہ۔ 193222

سائنس پڑھئے! آگے بڑھئے!

جواب : خواب میں آپ جو کچھ دیکھتے ہیں اس کا آپ کے جسم و افعال پر اثر آپ کے جذبات اور تحریک کی شدت پر منحصر ہوتا ہے۔ جنسی تحریک عموماً شدید ہوتی ہے لہذا انزال ہو جاتا ہے۔ اس کی شدت کی وجہ ایک تو اس کی نوعیت ہے دوسرے چونکہ یہ ایک قدرتی اور نارمل طریقہ ہے جس کی مدد سے جذباتی تناؤ کم ہوتا ہے لہذا جسم صحت مند رہتا ہے لہذا اس کو وقوع پذیر کرنے کے واسطے اسی انداز کی شدت درکار ہوتی ہے۔ تاہم ایک عمر کے بعد جبکہ ایک شادی شدہ انسان کے جذبات تسکین پانچے ہوتے ہیں، خواب میں جنسی تحریک کے باوجود اکثر انزال نہیں ہوتا۔ برخلاف اس کے اگر کسی کو واقعتاً پیشاب کی شدید حاجت ہے اور وہ بیدار نہیں ہو تا بلکہ خواب میں دیکھتا ہے کہ وہ پیشاب کر رہا ہے تو واقعتاً بستر پر اس کا پیشاب خارج ہو جاتا ہے یا کسی ذراؤنے خواب کے نتیجے میں کوئی دیکھے کہ اس کا پیشاب خطا ہو گیا (خارج ہو گیا) تو عموماً بستر پر اس کا پیشاب سوتے میں ہی خارج ہو جاتا ہے۔

بقیہ: فافہ جسمانی نظام کی

اصلاح کا مؤثر ذریعہ

فاقوں کا فاقوں کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ جب دل میں آئے تاہر توڑ فاقے شروع کر دیں۔ فاقہ ایک باقاعدہ اور باضابطہ پروگرام کے تحت ہونا چاہئے اس سلسلے میں ماہرین کے مشورے سے پروگرام بنانا چاہئے اور یہ بھی طے کرنا چاہئے کہ جب فاقہ توڑ دیں تو کس طرح کی اور کتنی غذا کھائیں۔ ایک ماہر نے فاقے کو روح کی غذا قرار دیا ہے اس کا کہنا ہے کہ فاقے سے جسم کو فاضل غذائی اجزاء سے چھٹکارا ملتا ہے مزاج میں سکون پیدا ہوتا ہے۔ قوت فیصلہ میں اضافہ ہوتا ہے چنانچہ بہتر ہوتی ہے اور ذراؤنے خواب نہیں آتے۔ یہ بات اور ہے کہ فاقہ یا غذا میں کمی کے ذریعے سے جسمانی نظام کی تعمیر کی بہترین مثال روزہ ہے جو مسلمانوں پر فرض کیا گیا ہے۔



کی تفصیل ضروری تصور کی جاتی ہے۔ بعض اوقات تو قرآنی آیوں کے ترجموں میں بھی آیت و سورہ کا حوالہ دینے کی زحمت نہیں کی جاتی۔ لہذا ان تمام کیوں کا ازالہ ضروری ہے۔^۲

(3) "بلیک ہول" جیسے سلسلے یا اس نوع کے مضامین تمام قارئین کی دلچسپی کو کم کرنے کا ذریعہ بنیں گے۔ مضامین نہایت واضح ہوں۔ تصنع اور ابہام کی روش سے بھٹ کر ہر نوع کی عبارت آرائیوں نیز پیچیدگیوں سے پاک ہونے چاہئیں۔

(4) بعض اوقات انگریزی اصطلاحات کے اردو مترادفات کی عدم موجودگی تحریر میں ایک قسم کا معنوی Communication gap پیدا کر دیتی ہے۔ بہتر ہو کہ اردو اصطلاحات و ترجمہ شدہ دقیق الفاظ کے ساتھ ہی بریکٹ میں ان کے انگریزی مترادفات کا بھی التزام کیا جائے۔ کچھ حد تک یہ ہوتا بھی ہے۔ مگر پورے طور پر اس کا اہتمام نہیں ہے۔ اس سے مضامین کی افادیت بھی بڑھے گی اور افادہ اور استفادہ کی راہیں کشادہ ہوں گی۔

(5) ابتدائی صفحات پر پچام، تاثرات یا ادارہ کے نام سے شائع ہونے والی چیزوں میں Reiteration اچھا نہیں معلوم ہوتا۔ اس کی جگہ مقصدی ادارے یا کسی کتاب، مقالہ، مضمون، اخبار کا کوئی مہم افزا، و فکر انگیز اقتباس شائع کیا کریں تو زیادہ نفع بخش ہو سکتا ہے۔^۳

(6) سائنس اور تکنالوجی کے میدان میں Vocational & Educational Guidance کی ضرورتوں کو پورا کرنے والے مضامین بھی گاہے بہ گاہے شامل اشاعت ہوں تو اس سے ایک بہت بڑا فائدہ ہو سکتا ہے۔ اور امت کے حق میں یہ ایک تعمیری کام ہو گا۔

(7) سوال و جواب کا سلسلہ عام قارئین کے لیے معلومات افزا، بھی ہے اور دلچسپ بھی۔ اس کو بلا نامہ جاری رکھیں بلکہ اس کے لیے صفحات بھی بڑھائیں۔

(8) تبصرہ کے لیے آئی ہوئی کتابوں پر ہی تبصرہ کرنا ایک محدود میدان ہے۔ زیادہ بہتر یہ ہے کہ اردو میں اور ساتھ ہی ساتھ ہندی و انگریزی میں سائنس و دیگر علوم سے متعلق شائع ہونے والی چند کتابوں، فلم جریڈوں اور رسالوں کا بھی تعدادی سلسلہ شروع کیا جائے۔ چاہے کتاب حال میں شائع ہوئی ہو یا پہلے کبھی چھپی ہو۔ ہمارا بہت

محترمی و محرمی جناب اسلم پرویز صاحب!
السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہ!

امید کرتا ہوں مزاج گرامی بخیر ہوں گے۔ گزشتہ دو سال سے ماہنامہ "سائنس" زیر مطالعہ ہے۔ ماہنامہ سائنس کی معرفت آپ کی ہر کوشش و کاوش بلاشبہ قابلِ مد ستائش و ہزار آفریں ہے۔ میری دلی تمنا ہے کہ یہ رسالہ ترقی کی چونٹیوں پر پہنچے اور اس کے منافع عالمگیر ہوں اور دیر تک باقی رہیں۔ اس ضمن میں چند ضروری باتیں آپ کے گوش گزار کرنا چاہتا ہوں۔ میری ان باتوں کو تنقیص یا تعریض نہ سمجھا جائے بلکہ خیر خواہی کے جذبے سے دینے گئے یہ چند مشورے ہیں تاکہ یہ قیمتی جریہ مستقبل میں تمام تر علمی و فنی کوتاہیوں سے بند ہو کر ایک منفرد مقام حاصل کرے۔ مگر قبولِ اقتد زہے عز و شرف۔

(1) سائنس میں شائع ہونے والے تمام مضامین کے ساتھ مضمون نگار کا پورا پورا معہ ضروری تعارف کے شائع کرنا ضروری ہے۔ اس لیے کہ اس میں شائع ہونے والا مواد کوئی تفریحی نوعیت کی چیز نہیں ہوتی بلکہ مستقل دستاویز کی حیثیت رکھتی ہے۔ اگر مضمون یا مضمون کا کوئی حصہ کسی کتاب یا مقالہ کا حصہ ہو تو اس کا حوالہ ضروری ہے۔ اسی طرح ترجمہ شدہ مضامین کے اصل ماخذ کی نشاندہی بھی لازمی ہے۔^۴

(2) تاریخ نگاری کی ترقی یافتہ شکل جسے Scientific Way of History Writing کہا جاتا ہے۔ یہ دراصل تاریخی واقعات کو غلط بیانی، مبالغہ آرائی اور افراط و تفریط کی خامیوں سے پاک رکھنے کی ایک صحیح کوشش ہے۔ اس میں واقعات و واردات کو بغیر حوالوں یا کمزور و غیر معتبر روایتوں سے نقل کرنے کو علمی دیانت کے خلاف بلکہ غیر مستند تصور کیا جاتا ہے۔ اس پس منظر میں اب یہ دیکھیں کہ اگر ہم سائنسی حقائق و بیانات نیز مسلمانوں کے گزشتہ کارنامے قارئین کے سامنے ماخذ اور حوالوں کے بغیر پیش کریں تو اس کا علمی معیار کیا ہو گا؟ جبکہ تاریخ نگاری میں اس کی گنجائش نکالی جاسکتی ہے مگر یہاں نہیں۔ مثلاً عبدالغنی شیخ (لداخ) کے حالیہ سلسلہ وار مضامین تمام ضروری حوالوں سے آزاد ہیں۔ حوالہ کے لیے کتاب اور مصنف کا نام ناشر کا پتہ وغیرہ ساری باتوں



لاحق احزام جناب ڈاکٹر محمد اسلم پرویز صاحب
سلام مسنون!

امید ہے حراج بخیر ہوگا۔ اکتوبر 2002 کا شمارہ اردو ماہنامہ
سائنس موصول ہوا۔ پنجاب وقف بورڈ کی وساطت اور تعاون سے
ادارہ کے نام ماہنامہ کا اجراء ہوا ہے اس کے لیے ادارہ آپ کا اور بورڈ کا
بے حد ممنون و مشکور ہے۔

دینی مدارس کے لیے یہ مجلہ ایک روشن مینارہ کی حیثیت رکھتا ہے
عصری اسلوب میں سائنس کے تعارف کے لیے اردو زبان میں میرے علم
کے مطابق اس صدی کا چہار سالہ ہے۔ خداوند تعالیٰ اس کی افادیت
کرامت مسئلہ اور خصوصاً علماء کے لیے مشعل راہ بنائے۔ آمین!

طالب دعا

صدر ادارہ اسلامیات سبحانیہ

نالہ گڑھ، مولن، ہاجل پردیش۔ 174101

قومی اردو کونسل کی سائنسی اور تکنیکی مطبوعات

- 1- موزوں تکنیکی ڈاکٹری ایب۔ ایف۔ ڈبلیو۔ آئی۔ کے۔ رستوکی = 28/
- 2- نوریات ایب۔ ڈبلیو۔ آئی۔ کے۔ رستوکی = 22/
- 3- ہندوستان کی ذراعتی زمینیں سید مسعود حسین جعفری = 13/
- 4- ہندوستان میں موزوں ایب۔ ایف۔ ڈبلیو۔ آئی۔ کے۔ رستوکی = 10/
- 5- حیاتیات (حصہ دوم) قومی اردو کونسل = 5/
- 6- سائنس کی تاریخ (تیسری طباعت) آئی۔ این۔ شرما = 80/
- 7- سائنسی شعاعیں ڈاکٹر احمد حسین = 15/
- 8- فن منہ تراشی کلپش سنہاد بخش رانکھار مٹھلی = 22/
- 9- گہریلے سائنس طاہر عابدین = 35/
- 10- فنی ٹول مشورہ اور ان کے خظلا و خشتوشن بہر حسن نورانی = 13/

قومی کونسل برائے فروغ اردو زبان، وزارت ترقی انسانی وسائل
حکومت ہند، ویسٹ بلاک، آر۔ کے۔ پورم۔ نئی دہلی۔ 110066
فون: 610 3381، 610 3938 فکس: 610 8159

طبقہ دیگر زبانوں میں جو نے والی اس قسم کی سرگرمیوں سے تقریباً نااہل
ہوتا ہے۔

(9) سائنس اور دیگر علوم کے میدان میں ہونے والی پیش رفت
نیز اہم سرگرمیوں کا ایک خبرنامہ بھی شامل اشاعت رہے تو اس سے
پرچہ کی افادیت بڑھے گی۔

(10) ہندوستان اور اگر ممکن ہو تو برصغیر ہند پاک میں سائنس
و متعلقہ علوم سے متعلق اردو میں اب تک شائع شدہ تمام کتب (طبع
زاد اور مترجم) نیز مقالات کی ایک Bibliography ترتیب دی جائے۔
اور اسے سلسلہ وار شائع کیا جائے۔ گو کہ یہ ذرا مشکل اور دیر طلب کام ہے
اور ساتھ ہی نیم ورک کا متقاضی ہے۔ مگر افادیت کے اعتبار سے یہ ایک
بہت بڑی خدمت ہے۔ اگر ادارہ سائنس نے اس ضرورت کو پورا کر دیا تو
یہ ایک بہت بڑا کارنامہ ہوگا۔

اللہ کرے آپ بخیر ہوں۔ میرے لیے بھی دعا فرمائیں۔ اور کبھی
لاحق سمجھیں تو خدمت کا موقع دیں۔ کبھی نامیگر آئے کا اتفاق ہو یا یہاں
سے گزریں تو مطلع فرمائیں۔

فقد السلام
محمد طلحہ صفوان
نیا بازار۔ کاشمی (ضلع جمپور)

1- مصنف کے متعلق تفصیل شائع کرنا عوامی صحافت کے ضوابط کے
خلاف ہے۔ آپ کو کسی بھی زبان کے عام فہم رسالہ میں مصنف
کی تفصیل نہیں ملے گی۔ مزید یہ کہ ہمارے بہت سے مصنف اسے
پسند نہیں کرتے کہ قارئین براہ راست ان سے خط و کتابت
کریں۔ اگر ہم ترجمہ شائع کریں گے تو اس کا خیال رکھیں گے۔
2- اس نکتے کی وضاحت عبدالغنی شیخ صاحب کی تازہ تحریر کے ساتھ
دی دی گئی ہے۔

3- ہمارے اس کارڈ میں ہر ماہ نئے قاری شامل ہوتے ہیں۔ ملت
کے اہم مفکرین کا پیغام ان تک پہنچانا بھی ضروری ہے۔ اسی وجہ
سے پیغامات کچھ کچھ وقفے سے شائع کیے جاتے ہیں۔ آپ کا دوسرا
مشورہ قابل عمل ہے۔ اس پر فوراً آپ کے دیگر مشوروں پر جی الامکان
عمل کیا جائے گا۔

4- ”پیش رفت“ کا نام ہی مقصد کو پورا کرتا ہے۔۔۔ (مدیر)

انڈیکس 2002

شمارے 96 تا 107

آپ کی آنکھیں اور ذہنیاتیں	ڈاکٹر عبدالمعز شمس (106)3	اشیم سل ریسرچ	نئی صدی کی ایک اہم دریافت	ڈاکٹر اعظم شاہ خاں (98)10
آکسیجن زندگی کی ڈور	عبداللہ (101)33	اسلامی فن تعمیر	رقیہ جعفری (106)36	آفتاب احمد (104)3
آلودگی	رفیق ابراہیم پرکار (97)16	الہیرونی	آفتاب احمد (96)50	
آلودگی	ڈاکٹر عبدالباری (101)3	الجہ مئے		
آلو کے پھلکے سے پلاسٹک	ڈاکٹر (سز) گوہر اسلام (97)24			
آنسو	ڈاکٹر عبدالمعز شمس (104)8			
آنکھوں کا عطیہ	ڈاکٹر عبدالمعز شمس (105)7			
آنکھوں میں پوندکاری	ڈاکٹر عبدالمعز شمس (107)21			
آن لائن لیرے	انجینئر انجم اقبال (107)28			
آواز کیا ہے	بہرام خاں (96)38	الفارابی	رقیہ جعفری (98)35	
	(97)37	امروہ غداہیت سے بھرپور پھل	ڈاکٹر ایس ایم رضا بلگرامی (105)25	
	(98)39	انہر	ڈاکٹر امان (98)19	
	(99)36	انٹرنیٹ پر تعلیم کے مواقع	انجینئر انجم اقبال (105)30	
	(102)46			
	(103)31	انسانی زندگی میں		
آئیے پیدل چلیں	زیر وحید (106)18	جنگلات کی اہمیت	ڈاکٹر افتخار فاروقی (97)25	
ابن الہیثم	رقیہ جعفری (101)26	انگور	ڈاکٹر امان (103)19	
ابوالقاسم زہراوی	رقیہ جعفری (100)32	انتاس	ڈاکٹر امان (97)21	
ابو محمد ذکریا الرازی	رقیہ جعفری (96)31	ای سی ٹی	ڈاکٹر عابد معزز (104)21	
اجوائن	ڈاکٹر رضا بلگرامی (102)29	ایڈس کے تدارک میں مذہبی رہنماؤں		
اچھا برا کولیسرٹل اور		کاتھلون	ڈاکٹر محمد شمعون (107)10	
دل کے امراض	ڈاکٹر عابد معزز (103)5	ایک سو دو عناصر	عبداللہ (99)33	
انٹرنیٹ کے ہاتھوں بارڈر کاروبار	انجینئر انجم اقبال (104)13	بال کی کھال	شفیق انور (99)38	
اُڑتی چڑیا	شاہین پرویز (98)45	بچوں کو ناشتہ	ڈاکٹر رضا بلگرامی (99)20	
اُڑتی پھل	شاہین پرویز (106)47	بدلتے موسم	ڈاکٹر ریحانہ درانی (101)21	
استاد محترم	عبدالودود انصاری (102)31			

ملاحظات: بریکٹ میں شمارہ نمبر اور بریکٹ سے باہر صفحہ نمبر دیئے گئے ہیں

بیک کبانی	سید اختر علی	103)35	حشرات الارض	ڈاکٹر شمس الاسلام فاروقی	36)101
		104)31			39)102
		105)35			41)103
		106)41			34)104
بیک ہول	ڈاکٹر مظفر الدین فاروقی	27)96			38)105
		27)97			43)106
		29)98	خلافت ارض	شہاب الدین ندوی	3)96
		25)99	خلافت ارض	شہاب الدین ندوی	3)97
		23)100	خود اپنا ویب سائٹ بنانے کا ہنر	انجینئر انجم اقبال	14)106
بیچ گوند کا خزانہ	گوہر اسلام خاں	41)96	خون دباؤ کی زیادتی	ڈاکٹر سید راحت حسن	22)98
پابندی سے ورزش کے فوائد	ڈاکٹر عبد المعز شمس	19)96	دانتوں کی حفاظت	ڈاکٹر مشیر حسین قادری	11)106
پالتو جانور	طاعت نسرین	20)100	دل کا درد	ڈاکٹر ربیعہ انصاری	26)104
پانی	ڈاکٹر محمد اسلم پرویز	14)101	دوپہن چکیاں	شاہین پرویز	49)104
پیتا	ڈاکٹر امان	18)101	دھوپ چٹنے	زبیر وحید	12)100
پسینہ پسینہ	ڈاکٹر عبد المعز شمس	4)102	ذاتی دباؤ	زبیر وحید	21)103
پیش رفت	نہیمہ	35)96	ڈر سے کیوں ڈریں	عبد اللہ ولی بخش قادری	16)96
		35)97	ڈیجیٹل ٹیکنالوجی	ڈاکٹر دہاب قیصر	5)100
		31)99	رد عمل	قارئین	54)96
		35)100			53)102
		30)101			53)103
		33)102			49)107
		27)105			54)104
		39)106			51)105
		40)107			49)100
تحفظ غذا	پروفیسر متین فاطمہ	9)100	روشنی کی رفتار	فیضان اللہ خاں	49)100
تقطیب شدہ روشنی	فیضان اللہ خاں	44)102	روشنی کیا ہے	فیضان اللہ خاں	46)96
تبنا کو نوشی	زبیر وحید	8)97	زقوم، دوزخ کی عبرت انگیز غذا	ڈاکٹر محمد اقدس حسین فاروقی	12)103
ٹیلی میڈیسن کیا ہے؟	غلام حسین صدیقی	27)102	زکریا رازی اور فنِ جراثیم	عبد الناصر فاروقی	6)99
چامن	ڈاکٹر امان	13)105	سانپ کو تر	عبد اللہ ودود انصاری	45)97
چانچل اور جادوگری	راشد حسین	16)100	سائنس کلب	ادارہ	51)96
جراثیمی خطرات	ڈاکٹر عبد المعز شمس	16)103			49)97
چٹلا ٹیلہ	شاہین پرویز	43)101			48)99
چکنے والا جوکر	شاہین پرویز	41)99			51)100
چٹا	انصاری رضی الدین	53)101			46)101
چٹکوں کے جلوے	محمد رضی الدین معظم	22)99			47)102
چھوٹی چندن	راشد حسین	24)96			50)104
					48)105
					45)107

سچے ارادے (نظم)	زیبا علی	54 (100)	قرآن کی نظر میں سائنسی علوم	مولانا محمد شہاب الدین ندوی 3 (99)
سراب کیا ہے؟	سیدہ عطیہ سلطانیہ	43 (104)	قرآنی آیتیں	
سرور صاحب	شمس الرحمن فاروقی	7 (98)	احادیث اور جدید سائنس	عبد الغنی شیخ 10 (102)
سمندر سے توانائی	الطاف احمد صوفی	8 (101)		9 (103)
سمندر کی رانی و تیل	الطاف صوفی	23 (105)		17 (104)
سفرہ	ڈاکٹر ایمان	11 (99)		17 (105)
سن یاس	ڈاکٹر ریحانہ ذرائی	20 (105)		21 (106)
سوال جواب	ادارہ	52 (96)	تہذیب اور آئینہ نونوں نعت ہیں	محمد رضی الدین معظم 3 (105)
		50 (97)	کب کیوں کیے	ادارہ 48 (96)
		51 (98)		47 (98)
		49 (99)		44 (99)
		52 (100)		42 (101)
		47 (101)	کمپیٹ ڈسک	ڈاکٹر رحمان انصاری 27 (98)
		49 (102)	کیوب ز اور روزگار	عظیم صدیقی 17 (102)
		49 (105)	کیوب ز خوشبو	سید اختر علی 11 (96)
		50 (106)	کیوب ز شعر کہے گا	انجم اقبال 25 (103)
		46 (107)	کن گنیا	ڈاکٹر شمس الاسلام فاروقی 42 (107)
سورج اور ہم	ڈاکٹر عبد المعز شمس	10 (101)	کوٹلی کی کہانی	پیر مظفر احمد شاہ 43 (97)
"سورج کی موت اور قیامت پر			کیا کائنات گول ہے؟	نعت اللہ خوری 9 (102)
تجرہ کا ایک عملی جائزہ"	سعید الرحمن ندوی	47 (103)	کیزوں کی دنیا	ڈاکٹر شمس الاسلام فاروقی 37 (100)
بول انجینئرنگ کیا ہے	نعت اللہ خوری	46 (106)	کیل محاسے	فہیمہ 23 (103)
سی۔ ٹی اسکین	ڈاکٹر رحمان انصاری	26 (106)	گرمی کی بیماریاں	ڈاکٹر محمد قاسم دہلوی 16 (101)
شہد ایک قدرتی نعمت	امیر احمد آرزو	28 (104)	گجور	ڈاکٹر ایمان 23 (106)
صابن	زبیر وحید	23 (101)	گلوبل وار منگ	اسعد فیصل فاروقی 46 (104)
صحت بخش غذا	ڈاکٹر عبد المعز شمس	20 (97)	مٹھیکوار	شیخ پرویز 54 (98)
عمر خیام	عبد الرحمن شریف	33 (97)	تہذیبوں سے ارتجی	ڈاکٹر محمد قاسم 18 (99)
عمر خیام	عبد المجید	28 (103)	لیو	ڈاکٹر ایمان 20 (102)
فاسنوڈ کتنا فائدے مند	ڈاکٹر اعظم شاہ خاں	7 (96)	ماحول اور ہماری ذمہ داری	جمال نصرت 32 (107)
فاسٹ فوڈ	ڈاکٹر محمد اسلم پرویز	24 (104)	ماحول و ایچ	ادارہ 30 (97)
فاتحہ جسمانی نظام کی ۰۰۰۰	ڈاکٹر رضا بلگرامی	35 (107)		33 (98)
قبل ذیابیطس	ڈاکٹر عابد مہز	14 (102)		28 (99)
قرآن حکیم کی				22 (100)
سائنسی تعلیمات کیا ہیں	علامہ محمد شہاب الدین ندوی 3 (100)			25 (101)
قرآن عظیم کے ساتھ				36 (107)
دلائل اور جہاد عظیم	مولانا محمد شہاب الدین ندوی 3 (98)		ماں کا دودھ	محمد رضی الدین معظم 13 (107)

منہ بجا کے	ڈاکٹر عبدالعزیز شمس	(100)14	وٹامنز کے متعلق
موت کی شہائیں	طاہرہ	(102)37	مختصر معلومات
موٹاپا	زیر وید	(107)5	وجود زن سے ہے کائنات میں رنگ اطاف احمد صوفی
موٹاپا اور ڈائٹنگ	ڈاکٹر عبدالعزیز شمس	(98)25	اور مردہ
موسموں میں تبدیلی کا سبب	انظہار اثر	(106)28	ہائیزروجن باکترین عنصر
موسیقی	زیر وید	(96)21	ہوائی آلودگی
مولی سے پرہیز کیوں	ڈاکٹر رضا بلگرامی	(106)35	ہو شیار آپ کا بچہ
میراث کوثر	ڈاکٹر انور ادیب	(105)26	بیلی کا پتھر
میزان	ڈاکٹر محمد اسلم پرویز	(97)54	یہ اعداد
	عظیم صدیقی	(99)53	
	آفتاب احمد (بمصر)	(101)50	
	سعید الرحمن ندوی	(103)47	
نائز و جن ایک بے جان عنصر	عبداللہ	(104)38	
		(105)42	
نمک	زیر وید	(98)18	
نیل آسمان	فیضان اللہ خاں	(98)41	
نیند اور صحت کا رشتہ	ڈاکٹر عبدالعزیز شمس	(99)15	

INSTITUTE OF INTEGRAL TECHNOLOGY

Dasauli Post Bas-Ha Kursi Road Lucknow-226026 (U.P)

Phone: 0522-290805, 290812, 0522-290809, 387783

Applications on plain paper are invited for the following posts:

Discipline	Professor	Asstt. Prof	Lecturer
Computer Sc. & Engg	1	2	3
Electronic Engg.	1	1	3
Information Technology	1	1	3
Architecture	1	1	2
Electrical Engg.	-	-	1

Physics 1 No. Lab Assistant

1. QUALIFICATION, EXPERIENCE AND PAY SCALES as per norms of AICTE and COA

2. Application complete with testimonials & copies of certificates should be submitted to this office immediately.

3. The number of posts can vary.

S.W. AKHTAR
Executive Director

خریداری تحفہ فارم

میں "اردو سائنس ماہنامہ" کا خریدار بننا چاہتا ہوں اپنے عزیز کو پورے سال بطور تحفہ بھیجنا چاہتا ہوں / خریداری کی تجدید کرانا چاہتا ہوں (خریداری نمبر.....) / اس سالے کا زر سالانہ بذریعہ منی آرڈر / چیک / ڈرافٹ روانہ کر رہا ہوں۔ / اس سالے کو درج ذیل چے پر بذریعہ سادہ ڈاک / رجسٹریڈ سال کریں:

نام..... پتہ.....

پین کوڈ.....

نوٹ:

- 1۔ سالہ رجسٹریڈ ڈاک سے منگوانے کے لیے زر سالانہ = 360 روپے اور سادہ ڈاک سے = 180 روپے ہے۔
- 2۔ آپ کے زر سالانہ روانہ کرنے اور ادارے سے سال جاری ہونے میں تقریباً چار مہینے لگتے ہیں۔ اس مدت کے گزر جانے کے بعد ہی یاد دہانی کریں۔
- 3۔ چیک یا ڈرافٹ پر صرف "URDU SCIENCE MONTHLY" ہی لکھیں۔ دہلی سے باہر کے چیکوں پر = 50 روپے زائد بطور بینک کمیشن بھیجیں۔

پتہ: 665/12 ذاکر نگر، نئی دہلی. 110025

شرح اشتہارات

مکمل صفحہ	= 2500/	روپے
نصف صفحہ	= 1900/	روپے
چوتھائی صفحہ	= 1300/	روپے
دوسرا و تیسرا کور (بلیک اینڈ وائٹ)	= 5,000/	روپے
ایضاً (ملٹی کلر)	= 10,000/	روپے
پشت کور (ملٹی کلر)	= 15,000/	روپے
ایضاً (دو کلر)	= 12,000/	روپے

چھپانہ دراجات کا آرڈر دینے پر ایک اشتہار مفت حاصل کیجئے۔
کمیشن پر اشتہار اکام کرنے والے حضرات رابطہ قائم کریں۔

ضروری اعلان

بینک کمیشن میں اضافے کے باعث اب بینک دہلی سے باہر کے چیک کے لیے = 30 روپے کمیشن اور = 20 برائے ڈاک خرچ لے رہے ہیں۔ لہذا قارئین سے درخواست ہے کہ اگر دہلی سے باہر کے بینک کا چیک بھیجیں تو اس میں = 50 روپے بطور کمیشن زائد بھیجیں بہتر ہے رقم ڈرافٹ کی شکل میں بھیجیں۔

110025۔ نئی دہلی۔ ذاکر نگر

ایڈیٹر سائنس پوسٹ باکس نمبر 9764

جامعہ نگر، نئی دہلی۔ 110025

ترسیل زر و خط و کتابت کا پتہ :

پتہ برائے عام خط و کتابت :

سائنس کلب کوپن

نام

مشغلہ

کلاس / تعلیمی لیاقت

اسکول / ادارے کا نام و پتہ

پن کوڈ _____ فون نمبر _____

گھر کا پتہ

پن کوڈ _____ فون نمبر _____

تاریخ پیدائش

دلچسپی کے سائنسی مضامین / موضوعات

مستقبل کا خواب

دستخط _____ تاریخ _____

اگر کوپن میں جگہ کم ہو تو الگ کاغذ پر مطلوبہ معلومات بھیج سکتے ہیں۔ کوپن صاف اور خوشخط بھریں۔ سائنس کلب کی خط و کتابت 665/12 ڈاکر گھر، نئی دہلی۔ 110025 کے پتے پر کریں۔ خط پوسٹ باکس کے پتے پر نہ بھیجیں۔

کاوش کوپن

نام

عمر _____ سیکشن _____

کلاس

اسکول کا نام و پتہ

پن کوڈ

گھر کا پتہ

پن کوڈ

تاریخ

سوال جواب کوپن

نام

عمر

تعلیم

مشغلہ

مکمل پتہ

تاریخ

پن کوڈ

● رسالے میں شائع شدہ تحریروں کو بغیر حوالہ نقل کرنا ممنوع ہے۔

● قانونی چارہ جوئی صرف دہلی کی عدالتوں میں کی جائے گی۔

● رسالے میں شائع شدہ مضامین میں حقائق واعداد کی صحت کی بنیادی ذمہ داری مصنف کی ہے۔

● رسالے میں شائع ہونے والے مواد سے مدیر، مجلس ادارت یا ادارے کا متفق ہونا ضروری نہیں ہے۔

اونر، پرنٹر، پبلشر شاہین نے کلاسیکل پرنٹرس 243 چاؤڈی بازار، دہلی سے چھپوا کر 665/12 ڈاکر گھر نئی دہلی۔ 110025 سے شائع کیا..... بانی و مدیر اعزازی: ڈاکٹر محمد اسلم پرویز

نمبر شمار کتاب کا نام	قیمت
27- کتاب الحادی-III	180.00 (اردو)
28- کتاب الحادی-IV	143.00 (اردو)
29- کتاب الحادی-V	151.00 (اردو)
30- العالیات البقرطیہ-I	360.00 (اردو)
31- العالیات البقرطیہ-II	270.00 (اردو)
32- العالیات البقرطیہ-III	240.00 (اردو)
33- حیوان الانسانی طبقات الاطباء-I	131.00 (اردو)
34- حیوان الانسانی طبقات الاطباء-II	143.00 (اردو)
35- رسالہ جودیہ	109.00 (اردو)
36- فریکو کیمیکل اسینڈر ڈس آف یونانی فارمویشنز-I (انگریزی)	34.00
37- فریکو کیمیکل اسینڈر ڈس آف یونانی فارمویشنز-II (انگریزی)	50.00
38- فریکو کیمیکل اسینڈر ڈس آف یونانی فارمویشنز-III (انگریزی)	107.00
39- اسینڈر ڈائزیشن آف سنکل ڈرگس آف یونانی میڈسن-I (انگریزی)	86.00
40- اسینڈر ڈائزیشن آف سنکل ڈرگس آف یونانی میڈسن-II (انگریزی)	129.00
41- اسینڈر ڈائزیشن آف سنکل ڈرگس آف یونانی میڈسن-III (انگریزی)	188.00
42- کیمسٹری آف میڈیسیل پلانٹس-I	340.00 (انگریزی)
43- دی کیمسٹری آف برتھ کنٹرول ان یونانی میڈسن (انگریزی)	131.00
44- کنٹری بیوشن ٹودی یونانی میڈیسیل پلانٹس فرام تاتھ	
45- میڈیسیل پلانٹس آف گولڈ فورسٹ ڈوڑن (انگریزی)	143.00
46- کنٹری بیوشن ٹودی میڈیسیل پلانٹس آف علی گڑھ (انگریزی)	26.00
47- حکیم اصل خاں- دی در سیکل جنیس (عجلہ، انگریزی)	11.00
48- حکیم اصل خاں- دی در سیکل جنیس (ہیچہ بیک، انگریزی)	71.00
49- کلینیکل اسنڈی آف ضیق النفس (انگریزی)	57.00
50- کلینیکل اسنڈی آف وضع الغامصل (انگریزی)	05.00
51- میڈیسیل پلانٹس آف آندھرا پردیش (انگریزی)	04.00

نمبر شمار کتاب کا نام	قیمت
1- اینڈیک آف کامن ریسیڈیز ان یونانی سسٹم آف میڈسن	19.00
2- انکس	13.00
3- اردو	36.00
4- ہندی	16.00
5- پنجابی	8.00
6- تامل	9.00
7- تیلگو	34.00
8- کنڑ	34.00
9- اڑیہ	44.00
10- گجراتی	44.00
11- عربی	19.00
12- کتاب الجامع لغرضات الادویہ والاغذیہ-I (اردو)	71.00
13- کتاب الجامع لغرضات الادویہ والاغذیہ-II (اردو)	86.00
14- کتاب الجامع لغرضات الادویہ والاغذیہ-III (اردو)	275.00
15- امراض قلب	205.00 (اردو)
16- امراض دیر	150.00 (اردو)
17- آئینہ سرگزشت	7.00 (اردو)
18- کتاب الممدون فی الجراحۃ-I (اردو)	57.00
19- کتاب الممدون فی الجراحۃ-II (اردو)	93.00
20- کتاب الکلیات	71.00 (اردو)
21- کتاب الکلیات	107.00 (عربی)
22- کتاب المصوری	169.00 (اردو)
23- کتاب الابدال	13.00 (اردو)
24- کتاب التیسیر	50.00 (اردو)
25- کتاب الحادی-I	195.00 (اردو)
26- کتاب الحادی-II	190.00 (اردو)

ڈاک سے منگوانے کے لیے اپنے آرڈر کے ساتھ کتابوں کی قیمت بذریعہ بینک ڈرافٹ، جوڈائر کنٹری-سی-سی۔ آر یو ایم نئی دہلی کے نام بھجوا دیجی
رواندہ فرمائیں..... 100/00 سے کم کی کتابوں پر محصول ڈاک بذریعہ خریدار ہوگا۔
کتابیں مندرجہ ذیل پتے سے حاصل کی جاسکتی ہیں:

URDU **SCIENCE** MONTHLY DECEMBER 2002

RNI Regn. No. 57347/94 Postal Regn. No. DL 11337/2002 Licence to Post Without Pre-payment at New Delhi P.S.O New Delhi 110002
Posted on 1st & 2nd of every month. Licence No. U(C)180/2002 Annual Subscription Individual/Rs.150/-Institutional 180/- Regd.Post Rs.360/-

Indec Overseas *Exporter of Indian Handicrafts*



We have wide variety of.....

Costume Jewellery, Accessories, X-Mass decoration,

Glass Beads, Photoframes, Candle Stand, Nautical, Boxes, Hand Bags etc.

Contact person: S.M. Shakil
E-Mail: indec@del3.vsnl.net.in
URL: www.indec-overseas.com
Tel.: 394 1799, 392 3210

793, Katra Bashir Ganj, Ballimaran,
Chandni Chowk, Delhi 110 006
[India]
Telefax: 392 6851